

УТВЕРЖДАЮ

ИП А. Н. Киреева



А. Н. Киреева

2021 г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «Березовская средняя школа № 4»



Р. В. Коба

2021 г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ,

СТРАДАЮЩИХ САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ

В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

«БЕРЕЗОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 4»

(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, БЕРЕЗОВСКИЙ РАЙОН, ПГТ. БЕРЕЗОВКА, УЛ. СОЛНЕЧНАЯ, 2 «А»)

РАЗРАБОТАНО
ООО «ФСЭБ»

« 20 » г. Регистр № 11038019

Полное или частичное копирование для использования
третьими лицами без разрешения разработчика
запрещено

ПГТ. Березовка

2021 г.

ВВЕДЕНИЕ

Настоящее примерное цикличное меню (далее меню) разработано для детей в возрасте с 7 лет и старше, страдающих сахарным диабетом.

Настоящее меню рассчитано на 3-кратный прием пищи – завтрак, обед, полдник.

Меню разработано на основании:

-СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

-Химический состав российских продуктов: Справочник / Под ред. Член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002 г;

-Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г;

- МР 2.4.0162-19 2.4. Гигиена детей и подростков, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях);

-Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г.

Технологические карты (технико-технологические карты) приготовления блюд к разработанному примерному цикличному меню для организации питания детей указаны в приложении 1.

В каждой технологической карте указан № рецептуры согласно сборника рецептур и сборник рецептур блюд и кулинарных изделий.

Перечень пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков

1. С сахарным диабетом:

- 1) жирные виды рыбы;
- 2) мясные и рыбные консервы;
- 3) сливки, жирные молочные продукты, соленые сыры, сладкие сырки;
- 4) жиры животного происхождения отдельных пищевых продуктов;
- 5) яичные желтки;
- 6) молочные супы с добавлением манной крупы, риса, макарон;
- 7) жирные бульоны;
- 8) пшеничная мука, сдобное и слоеное тесто, рис, пшенная крупа манная крупа, макароны;
- 9) овощи соленые;
- 10) сахар, кулинарные изделия, приготовленные на сахаре, шоколад, виноград, финики, изюм, инжир, бананы, хурма и ананасы;
- 11) острые, жирные и соленые соусы;
- 12) сладкие соки и промышленные сахарсодержащие напитки.

В случае невозможности исключения данных продуктов из рациона питания детей, рекомендуется отдавать предпочтение макаронам из твердых сортов пшеницы, бурому рису и цельнозерновой муке, что отражено в технологических (технико-технологических картах).

Дети 7-11 лет, страдающие сахарным диабетом

Дети 12 лет и старше, страдающие сахарным диабетом

№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	День 1						№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	День 1											
		Вес блюда	Б	Ж	У	Эн/л (ккал)	Эн/л (ккал)			Вес блюда	Б	Ж	У	Эн/л (ккал)	Эн/л (ккал)						
1		Завтрак												1		Завтрак					
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,70	5,26	17,28	140,00		1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,70	5,26	17,28	140,00							
2	Сыр (порциками) не соленый	12	2,16	0,07	0,18	10,32		2	Сыр (порциками) не соленый	15	2,70	0,09	0,23	12,90							
	Яблоко (мандаринки, апельсинки, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00			Яблоко (мандаринки, апельсинки, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00							
3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00		3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00							
ТП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00		ТП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00							
ТП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60		ТП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40							
	Итого	552	10,84	5,96	44,23	278,92		Итого	575	12,67	6,10	52,78	322,30								
Обед																					
4	Щи из свежей капусты с картошкой со сметаной	255	1,72	6,18	11,66	108,75		4	Щи из свежей капусты с картошкой со сметаной	255	1,72	6,18	11,66	108,75							
5	Рыба припущенная	94	14,54	4,18	0,06	95,79		5	Рыба припущенная	125	19,34	5,56	0,08	127,38							
31	Овощи припущенные (морковь)	150	2,00	9,57	14,86	154,29		31	Овощи припущенные (морковь)	180	2,40	11,48	17,83	185,15							
8	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	9,66	57,00		8	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	9,66	57,00							
ТП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40		ТП	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,06	16,04	83,20							
ТП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00		ТП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00							
	Итого	759	22,81	20,96	61,05	538,23		Итого	840	29,30	23,96	73,19	641,48								
Полдник																					
9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00		9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00							
ТП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00		ТП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00							
	Яблоко (мандаринки, апельсинки, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60			Яблоко (мандаринки, апельсинки, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10							
ТП	Итого	300	3,92	4,12	26,64	159,60		ТП	Итого	350	4,12	4,32	31,54	183,10							
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.																					
			Б	Ж	У	Эн/л		Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.													
	Итого за день		37,57	31,04	131,92	976,75			Итого за день		46,09	34,38	157,51	1146,88							

Дети 7-11 лет, страдающие сахарным диабетом

Дети 12 лет и старше, страдающие сахарным диабетом

День 2													
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак													
42	Рагу из овощей с мясом	160	9,77	12,74	11,68	205,82	42	Рагу из овощей с мясом	200	12,21	15,93	14,60	257,27
3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	500	12,75	13,37	38,45	334,42		Итого	560	16,48	16,68	49,87	426,67
Обед													
10	Суп картофельный с бобовыми	250	5,08	5,35	23,85	163,75	10	Суп картофельный с бобовыми	250	5,08	5,35	23,85	163,75
11	Котлеты, биточки, шницели	90	16,02	15,75	12,87	257,40	11	Котлеты, биточки, шницели	100	17,80	17,50	14,30	286,00
19,7	Каша перловая (ячневая)	150	4,35	6,95	30,93	202,00	19,7	Каша перловая (ячневая)	180	5,22	8,34	37,12	242,40
9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00	9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,06	16,04	83,20
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	750	31,32	29,00	98,26	781,55		Итого	810	35,26	31,85	115,03	891,35
Полдник													
3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ГП	Изделие диabetическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00	ГП	Изделие диabetическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00
ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10
	Итого	300	1,92	3,92	20,84	123,60		Итого	350	2,12	4,12	25,74	147,10
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.													
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.													
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/ц	Итого за день			Б	Ж	У	Эн/ц
			45,99	46,29	157,55	1239,57				53,86	52,65	190,64	1465,12

Дети 7-11 лет, страдающие сахарным диабетом

Дети 12 лет и старше, страдающие сахарным диабетом

№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)						Эн/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)						Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У	Эн/л (ккал)	Б	Ж					У	Эн/л (ккал)					
День 3																			
Завтрак																			
43	Плов из птицы	160	15,89	20,27	25,71	348,80	43	Плов из птицы	200	19,87	25,33	32,13	436,00						
14	Чай с молоком	200	1,45	1,25	2,43	28,00	14	Чай с молоком	200	1,45	1,25	2,43	28,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
ГП	Яблоко (мандаринь, апельсинь, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко (мандаринь, апельсинь, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00						
Итого		500	20,32	22,15	54,91	505,40	Итого		560	25,59	27,33	69,83	633,40						
Обед																			
15	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,75	6,05	9,37	98,50	15	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,75	6,05	9,37	98,50						
16	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	8,66	4,47	2,34	85,50	16	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,62	4,97	2,60	95,00						
27	Пюре картофельное (или картофель отварной)	150	3,12	5,10	18,57	132,60	27	Пюре картофельное (или картофель отварной)	180	3,74	6,12	22,28	159,12						
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	8,92	40,00	17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	8,92	40,00						
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,06	16,04	83,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00						
Итого		755	17,84	16,37	64,01	479,00	Итого		815	20,71	17,60	77,13	555,82						
Подлник																			
18	Кисломолочный продукт без сахара	200	5,80	5,00	8,00	106,00	18	Кисломолочный продукт без сахара	200	5,80	5,00	8,00	106,00						
ГП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00	ГП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00						
ГП	Яблоко (мандаринь, апельсинь, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	ГП	Яблоко (мандаринь, апельсинь, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10						
Итого		300	7,72	8,92	28,84	229,60	Итого		350	7,92	9,12	33,74	253,10						
Норма выдачи спеший 1,2 гр., соли 1,8 гр.																			
			Б	Ж	У	Эн/л				Б	Ж	У	Эн/л						
Итого за день			45,88	47,44	147,76	1214,00	Итого за день			54,22	54,05	180,70	1442,32						

Норма выдачи спеший 1,2 гр., соли 3 гр.

Дети 7-11 лет, страдающие сахарным диабетом										Дети 12 лет и старше, страдающие сахарным диабетом									
День 4					День 4					День 4					День 4				
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)						
			Б	Ж	У					Б	Ж	У							
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7						
Завтрак																			
39	Каша жидкая молочная	150	5,7	6,3	20,55	162	39	Каша жидкая молочная	200	7,6	8,4	27,4	216						
3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00						
20	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	20	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70						
2	Сыр (порциями) не соленый	12	2,16	0,07	0,18	10,32	2	Сыр (порциями) не соленый	15	2,70	0,09	0,23	12,90						
ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
	Итого	512	10,92	14,15	47,62	365,62		Итого	585	14,65	16,39	63,02	463,00						
Обед																			
21	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,65	2,78	24,23	132,50	21	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,65	2,78	24,23	132,50						
22	Капуста тушеная с рисом с мясом птицы	200	12,00	13,23	15,57	242,71	22	Капуста тушеная с рисом с мясом птицы	270	16,20	17,86	21,02	327,66						
9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00	9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00						
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,06	16,04	83,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00						
	Итого	710	20,52	16,96	70,41	533,61		Итого	800	26,01	21,30	85,01	659,36						
Полдник																			
3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00						
ГП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00	ГП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00						
ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10						
	Итого	300	1,92	3,92	20,84	123,60		Итого	350	2,12	4,12	25,74	147,10						
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.																			
Итого за день																			
			33,36	35,03	138,87	1022,83				42,78	41,81	173,77	1269,46						

Дети 7-11 лет, страдающие сахарным диабетом

Дети 12 лет и старше, страдающие сахарным диабетом

№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	День 5					№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	День 5				
		Вес блюда	Б	Ж	У	Эн/л (ккал)			Вес блюда	Б	Ж	У	Эн/л (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак													
23	Жаркое по-домашнему	160	8,53	10,34	13,77	188,00	23	Жаркое по-домашнему	200	10,66	12,92	17,21	235,00
	Яблоко (манدارинь, апельсинь, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00		Яблоко (мандаринь, апельсинь, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ТП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ТП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ТП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ТП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	500	11,51	10,97	40,54	316,60		Итого	560	14,93	13,67	52,48	404,40
Обед													
10	Суп картофельный с бобовыми	250	5,08	5,35	23,85	163,75	10	Суп картофельный с бобовыми	250	5,08	5,35	23,85	163,75
24	Гуляш	90	11,59	11,50	2,47	160,74	24	Гуляш	100	12,88	12,78	2,74	178,60
25	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,28	9,94	46,69	300,94	25	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,54	11,93	56,03	361,13
	Компот из плодов или ягод сушеных (курат)	200	1,04	0,00	11,00	47,00		Компот из плодов или ягод сушеных (курат)	200	1,04	0,00	11,00	47,00
ТП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	ТП	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,06	16,04	83,20
ТП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ТП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	750	27,86	27,54	108,82	794,83		Итого	810	31,70	30,52	127,58	913,68
Подник													
14	Чай с молоком	200	1,45	1,25	2,43	28,00	14	Чай с молоком	200	1,45	1,25	2,43	28,00
ТП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00	ТП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00
	Яблоко (мандаринь, апельсинь, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60		Яблоко (мандаринь, апельсинь, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10
	Итого	300	3,37	5,17	23,27	151,60		Итого	350	3,57	5,37	28,17	175,10
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.													
			Б	Ж	У	Эн/л	Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
	Итого за день		42,74	43,68	172,63	1263,03		Итого за день		50,20	49,56	208,23	1493,18

Дети 7-11 лет, страдающие сахарным диабетом										Дети 12 лет и старше, страдающие сахарным диабетом									
День 6					День 6					День 6					День 6				
№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)						
			Б	Ж	У					Б	Ж	У							
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7						
Завтрак																			
27	Пюре картофельное (или картофель отварной)	150	3,12	5,10	18,57	132,60	27	Пюре картофельное (или картофель отварной)	180	3,74	6,12	22,28	159,12						
28	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	11,55	5,96	3,12	114,00	28	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	11,55	5,96	3,12	114,00						
3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
	Итого	510	17,25	11,29	38,66	328,20		Итого	560	19,16	12,43	50,87	395,52						
Обед																			
29	Свекольник со сметаной	255	2,23	5,06	10,98	111,00	29	Свекольник со сметаной	255	2,23	5,06	10,98	111,00						
30	Курица в соусе с томатом	90	10,21	10,15	2,94	143,70	30	Курица в соусе с томатом	100	11,34	11,28	3,27	159,67						
38	Капуста тушеная	150	3,02	5,38	11,27	106,20	38	Капуста тушеная	180	3,62	6,46	13,52	127,44						
9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00	9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00						
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,06	16,04	83,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00						
	Итого	755	21,33	21,54	55,80	519,30		Итого	815	24,35	23,46	67,53	597,31						
Полдник																			
18	Кисломолочный продукт без сахара	200	5,80	5,00	8,00	106,00	18	Кисломолочный продукт без сахара	200	5,80	5,00	8,00	106,00						
ГП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00	ГП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00						
ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10						
	Итого	300	7,72	8,92	28,84	229,60		Итого	350	7,92	9,12	33,74	253,10						
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.																			
Итого за день																			
			Б	Ж	У	Эн/л				Б	Ж	У	Эн/л						
			46,30	41,75	123,30	1077,10				51,43	45,01	152,14	1245,93						

Дети 7-11 лет, страдающие сахарным диабетом

Дети 12 лет и старше, страдающие сахарным диабетом

№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	День 7						№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	День 7					
		Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Вес блюда			Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)		
			Б	Ж	У					Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7		
Завтрак															
12	Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,30	3,25	25,73	164,15	12	Макаронные изделия отварные с сыром	200	11,07	4,33	34,31	218,87		
ПТ	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ПТ	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
ПТ	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ПТ	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00		
ПТ	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ПТ	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40		
14	Чай с молоком	200	1,45	1,25	2,43	28,00	14	Чай с молоком	200	1,45	1,25	2,43	28,00		
20	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	20	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70		
Итого	Итого	500	12,81	12,28	55,05	385,45	Итого	Итого	600	16,87	13,48	72,13	480,97		
Обед															
32	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	8,47	5,90	20,40	168,54	32	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	8,47	5,90	20,40	168,54		
5	Рыба припущенная	94	14,54	4,18	0,06	95,79	5	Рыба припущенная	125	19,34	5,56	0,08	127,38		
31	Овощи припущенные (морковь)	150	2,00	9,57	14,86	154,29	31	Овощи припущенные (морковь)	180	2,40	11,48	17,83	185,15		
8	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	9,66	57,00	8	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	9,66	57,00		
ПТ	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	ПТ	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,06	16,04	83,20		
ПТ	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ПТ	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00		
Итого	Итого	754	29,56	20,68	69,79	598,02	Итого	Итого	835	36,05	23,68	81,93	701,27		
Полдник															
9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00	9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00		
ПТ	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00	ПТ	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00		
ПТ	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	ПТ	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10		
Итого	Итого	300	3,92	4,12	26,64	159,60	Итого	Итого	350	4,12	4,32	31,54	183,10		
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.															
		Б	Ж	У	Эн/л	Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.									
Итого за день		46,29	37,08	151,48	1143,07	Итого за день		57,04	41,48	185,60	Эн/л				
								1365,34							

Дети 7-11 лет, страдающие сахарным диабетом

Дети 12 лет и старше, страдающие сахарным диабетом

№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/н (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/н (ккал)
			Б	Ж	У	З	У					Б	Ж	У	З	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7				
День 9																	
Завтрак																	
34	Суп молочный с крупой	250	4,25	7,78	18,21	132,75	34	Суп молочный с крупой	270	5,51	10,09	23,60	172,04				
20	Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	20	Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,15	0,12	64,70				
2	Сыр (порция) не соленый	12	2,16	0,07	0,18	10,32	2	Сыр (порция) не соленый	15	2,70	0,09	0,23	12,90				
ПП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ПП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00				
ПП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ПП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40				
3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Итого	512	6,91	15,16	35,30	279,05		Итого	555	12,16	17,68	49,42	372,04				
Обед																	
10	Суп картофельный с бобовыми	250	5,08	5,35	23,85	163,75	10	Суп картофельный с бобовыми	250	5,08	5,35	23,85	163,75				
35	Коглеты рубленые из птицы	90	13,62	12,68	7,61	214,20	35	Коглеты рубленые из птицы	100	15,13	14,09	8,45	238,00				
36	Соус сметанный	20	0,32	2,14	0,63	22,96	36	Соус сметанный	20	0,32	2,14	0,63	22,96				
25	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,28	9,94	46,69	300,94	5	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,54	11,93	56,03	361,13				
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	18,90	80,00	17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	18,90	80,00				
ПП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,06	16,04	83,20				
ПП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ПП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00				
	Итого	770	29,61	30,86	122,49	904,25		Итого	830	33,67	33,97	141,82	1029,04				
Полдник																	
14	Чай с молоком	200	1,45	1,25	2,43	28,00	14	Чай с молоком	200	1,45	1,25	2,43	28,00				
ПП	Изделие диетического	20	1,60	3,60	13,00	86,00	ПП	Изделие диетического	20	1,60	3,60	13,00	86,00				
	Яблоко (мандарин, апельсин, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60		Яблоко (мандарин, апельсин, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10				
	Итого	300	3,37	5,17	23,27	151,60		Итого	350	3,57	5,37	28,17	175,10				
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.																	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.																	
	Итого за день		39,89	51,19	181,06	1334,90		Итого за день		49,40	57,02	219,41	1576,18				

Дети 7-11 лет, страдающие сахарным диабетом										Дети 12 лет и старше, страдающие сахарным диабетом									
День 10					День 10					День 10					День 10				
№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)						
			Б	Ж	У					Б	Ж	У							
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7						
Завтрак																			
44	Плов из отварной говядины	160	11,89	13,26	18,24	235,20	44	Плов из отварной говядины	200	14,86	16,58	22,80	294,00						
	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00						
14	Чай с молоком	200	1,45	1,25	2,43	28,00	14	Чай с молоком	200	1,45	1,25	2,43	28,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
	Итого	500	16,32	15,14	47,44	391,80		Итого	560	20,58	18,58	60,50	491,40						
Обед																			
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255	1,72	6,18	11,66	108,75	33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255	1,72	6,18	11,66	108,75						
11	Котлеты, биточки, шницели	90	16,02	15,75	12,87	257,40	11	Котлеты, биточки, шницели	100	17,80	17,50	14,30	286,00						
7	Пюре картофельное (или картофель отварной)	180	3,74	6,12	22,28	159,12	7	Пюре картофельное (или картофель отварной)	180	3,74	6,12	22,28	159,12						
8	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	9,66	57,00	8	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	9,66	57,00						
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,06	16,04	83,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00						
	Итого	785	26,03	29,08	81,28	704,67		Итого	815	29,10	30,54	91,86	774,07						
Полдник																			
8	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	108,00	8	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	108,00						
ГП	Изделие диabetическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00	ГП	Изделие диabetическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00						
ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10						
	Итого	300	7,72	8,92	30,44	231,60		Итого	350	7,92	9,12	35,34	255,10						
Норма выдачи спещий 1,2 гр., соли 1,8 гр.																			
Итого за день			50,07	53,14	159,16	1328,07	Итого за день			57,60	58,24	187,70	1520,57						
						Эн/л							Эн/л						

Дети 7-11 лет, страдающие сахарным диабетом										Дети 12 лет и старше, страдающие сахарным диабетом										
День 11										День 11										
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)						Эн/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)						Эн/л (ккал)	
			Б	Ж	У	6	7	8					Б	Ж	У	6	7	8		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Завтрак																				
25	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,28	9,94	46,69	300,94	5	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,54	11,93	56,03	361,13							
20	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	20	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70							
	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ТТ	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00							
ТТ	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ТТ	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00							
ТТ	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ТТ	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40							
3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00							
	Итого	500	9,34	17,72	73,58	494,24		Итого	550	11,89	19,83	91,42	595,23							
Обед																				
15	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,75	6,05	9,37	98,50	15	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,75	6,05	9,37	98,50							
41	Рагу из овощей с мясом	150	9,16	11,95	10,95	192,95	41	Рагу из овощей с мясом	200	12,21	15,93	14,60	257,27							
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	40	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00							
9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00	9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00							
ТТ	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	ТТ	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,06	16,04	83,20							
ТТ	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ТТ	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00							
	Итого	725	17,92	24,29	55,55	521,25		Итого	835	23,02	31,54	71,43	673,97							
Полдник																				
	Кисломолочный продукт без сахара	200	5,80	5,00	8,00	106,00	18	Кисломолочный продукт без сахара	200	5,80	5,00	8,00	106,00							
ТТ	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00	ТТ	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00							
	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	ТТ	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10							
ТТ	Итого	300	7,72	8,92	28,84	229,60		Итого	350	7,92	9,12	33,74	253,10							
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.										Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.										
	Итого за день		Б	Ж	У	Эн/л		Итого за день		Б	Ж	У	Эн/л							
			34,98	50,93	157,97	1245,09				42,83	60,49	196,59	1522,30							

Дети 7-11 лет, страдающие сахарным диабетом												Дети 12 лет и старше, страдающие сахарным диабетом											
День 12												День 12											
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Эн/л (ккал)										
			Б	Ж	У				Б	Ж	У												
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7										
Завтрак																							
39	Каша жидкая молочная	150	5,7	6,3	20,55	162	Каша жидкая молочная	200	7,6	8,4	27,4	216											
3	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00											
20	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70											
2	Сыр (порциями) не соленый	12	2,16	0,07	0,18	10,32	Сыр (порциями) не соленый	15	2,70	0,09	0,23	12,90											
ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	100	0,40	0,40	9,80	47,00											
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00											
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40											
	Итого	512	10,92	14,15	47,62	365,62	Итого	585	14,65	16,39	63,02	463,00											
Обед																							
6	Суп картофельный с крупой	250	2,51	2,79	16,54	116,00	Суп картофельный с крупой	250	2,51	2,79	16,54	116,00											
37	Тефтели	90	10,76	12,70	10,24	197,70	Тефтели	100	11,96	14,11	11,38	219,67											
38	Капуста тушеная	150	3,02	5,38	11,27	106,20	Капуста тушеная	180	3,62	6,46	13,52	127,44											
9	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00	Сок без сахара	200	2,00	0,20	5,80	36,00											
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,06	16,04	83,20											
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00											
	Итого	750	22,16	21,82	68,66	578,30	Итого	810	25,25	24,02	81,20	662,31											
Полдник																							
18	Кисломолочный продукт без сахара	200	5,80	5,00	8,00	106,00	Кисломолочный продукт без сахара	200	5,80	5,00	8,00	106,00											
ГП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00											
ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10											
	Итого	300	7,72	8,92	28,84	229,60	Итого	350	7,92	9,12	33,74	253,10											
Норма выдачи спедий 1,2 гр., соли 1,8 гр.																							
Итого за день																							
			Б	Ж	У	Эн/л		Б	Ж	У	Эн/л												
			40,80	44,89	145,12	1173,52		47,82	49,53	177,96	1378,41												

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 7-11 лет					Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12 лет и старше				
	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)		Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
	Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Итого за 12 дней	509,17	524,13	1780,46	14029,05	Итого за 12 дней	609,01	596,38	2210,46	16840,89
Итого за 1 день	42,43	43,68	148,37	1169,09	Итого за 1 день	50,75	49,70	184,21	1403,41

Примечание: П1 - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изданий и номер рецептуры согласно сборника

Примечание: П11 - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изданий и номер рецептуры согласно сборника

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД
К РАЗРАБОТАННОМУ ПРИМЕРНОМУ ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ С 7-18 ЛЕТ**

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 1

Наименование кулинарного изделия (блюда): суп молочный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 165

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Молоко	140	140	140	140
Вода	62	62	62	62
Макаронные изделия твердых сортов	16	16	16	16
Масло сливочное	2	2	2	2
Выход		200		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
5,70	5,26	17,28	140,00
дети с 12 лет и старше			
5,70	5,26	17,28	140,00

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в подсоленной воде до полуготовности (макароны 15 мин, лапшу - 10 мин, вермишель - 5 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, варят, периодически помешивая, варят до готовности, кладут соль.

При отпуске заправляют растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа макаронные изделия сохранили форму.

Консистенция: макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: молочно-белый, сливочного масла - желтый.

Вкус: умеренно соленый, с привкусом сливочного масла.

Запах: кипяченого молока, выражен аромат свежего масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 2

Наименование кулинарного изделия (блюда): сыр (порциями)

Номер рецептуры: 15

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Сыр не соленый	13	12	16	15
Выход		12		15

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
2,16	0,07	0,18	10,32
дети с 12 лет и старше			
2,70	0,09	0,23	12,90

Технология приготовления

Сыр нарезают ломтиками толщиной 2-3 мм.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики сыра.

Консистенция: мягкая.

Цвет: соответствует виду сыра.

Вкус: соответствует виду сыра.

Запах: соответствует виду сыра.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 3

Наименование кулинарного изделия (блюда): чай без сахара

Номер рецептуры: 375,376

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,5	0,5
Вода	54	54	54	54
Чай-заварка		50		50
Вода	150	150	150	150
Выход		200		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
0,00	0,00	0,00	0,00
дети с 12 лет и старше			
0,00	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления

Заваривают заварку чая, доливают кипятком.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость – золотисто - коричневого цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 4

Наименование кулинарного изделия (блюда): щи из свежей капусты с картофелем со сметаной

Номер рецептуры: 88

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная свежая	63	50	63	50
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	41	30	41	30
С 1 ноября-31 декабря	43	30	43	30
С 1 января-28-29 февраля	47	30	47	30
С 1 марта	50	30	50	30
Морковь				
До 1 января	16	13	16	13
С 1 января	17	13	17	13
Лук репчатый	13	10	13	10
Томатное пюре	2,5	2,5	2,5	2,5
Масло растительное	5	5	5	5
Вода	200	200	200	200
Выход супа		250		250
Сметана	5	5	5	5
Выход супа сметаной		255		255

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
1,72	6,18	11,66	108,75
дети с 12 лет и старше			
1,72	6,18	11,66	108,75

Технология приготовления

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.

Капусту нарезают шашками, картофель - дольками.

В кипящую воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют пассерованное томатное пюре, затем сметану и кипятят. При приготовлении щей из ранней капусты, ее закладывают после картофеля.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части щей - капуста, нарезанная шашками, морковь, лук, картофель - дольками.

Консистенция: капуста упругая, овощи мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: желтый, жира на поверхности - оранжевый; овощей - натуральный.

Вкус: капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 5

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба припущенная

Номер рецептуры: 227

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Из филе, выпускаемого промышленностью:				
Рыба-филе	115	110	153	147
Морковь				0
До 1 января	8,8	7	11	9
С 1 января	9,3	7	12	9
Лук репчатый	5	4	6	5
Масса припущенной рыбы		90		120
Масло сливочное	4	4	5	5
Выход		94		124

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
14,54	4,18	0,06	95,79
дети с 12 лет и старше			
19,34	5,56	0,08	127,38

Технология приготовления

Порционные кусочки рыбы без кожи и костей, кладут в посуду в один ряд, подливают горячую воду или бульон, солят, добавляют лук репчатый, морковь и припускают 10-15 минут. При подаче поливают растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки припущенной рыбы.

Консистенция: мягкая.

Цвет: белый (или светло-серый, или красный).

Вкус: рыбы, умеренно соленый.

Запах: рыбы.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 6

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с крупой

Номер рецептуры: 101

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	100	75	100	75
С 1 ноября-31 декабря	107	75	107	75
С 1 января-28-29 февраля	116	75	116	75
С 1 марта	125	75	125	75
Крупа перловая, овсяная, пшеничная, гречневая	10	10	10	10
Морковь				
До 1 января	12,5	10	12,5	10
С 1 января	13,3	10	13,3	10
Лук репчатый	12	10	12	10
Или томатная паста				
Масло растительное	2,5	2,5	2,5	2,5
Вода или бульон	175	175	175	175
Выход супа		250		250

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
2,51	2,79	16,54	116,00
дети с 12 лет и старше			
2,51	2,79	16,54	116,00

Технология приготовления

В кипящую воду или бульон кладут подготовленную крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут соль.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, сохранившие форму нарезки, крупа хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму.

Консистенция: овощи мягкие, крупа хорошо разварившаяся; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: картофеля и пассерованных овощей, умеренно соленый.

Запах: пассерованных овощей, вареной крупы.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 7

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша ячневая рассыпчатая

Номер рецептуры: 171

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Крупа ячневая	47	47	56	56
Масса каши		141		169
Масло сливочное	9	9	11	11
Выход с маслом		150		180

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
14,54	4,18	0,06	95,79
дети с 12 лет и старше			
5,60	8,45	36,29	241,20

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом сливочным

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: коричневый.

Вкус: каши ячневой рассыпчатой в сочетании с маслом сливочным.

Запах: ячневой каши рассыпчатой в сочетании с маслом сливочным.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 8

Наименование кулинарного изделия (блюда): напиток из шиповника

Номер рецептуры: 519

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Шиповник	20	20	20	20
Вода	245	245	245	245
Выход		200		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
0,68	0,28	9,66	57,00
дети с 12 лет и старше			
0,68	0,28	9,66	57,00

Технология приготовления компот

Целые сушеные плоды промывают холодной водой, подсушивают, для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 минут. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают, доводят до кипения. Охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи не выше 20° С.

Требования к качеству

Внешний вид: напиток налит в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: темно-красный.

Вкус: с привкусом плодов шиповника.

Запах: шиповника.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 9

Наименование кулинарного изделия (блюда): сок без сахара

Номер рецептуры: 389

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Соки без сахара	200	200	200	200
Выход		200		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
2,00	0,20	5,80	36,00
дети с 12 лет и старше			
2,00	0,20	5,80	36,00

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями, непосредственно перед отпуском.

Температура подачи не выше 20° С.

Требования к качеству

Внешний вид: сок налит в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: соответствует соку.

Вкус: соответствует соку.

Запах: соответствует соку.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 10

Наименование кулинарного изделия (блюда): суп картофельный с бобовыми

Номер рецептуры: 102

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	67	50	67	50
С 1 ноября-31 декабря	72	50	72	50
С 1 января-28-29 февраля	78	50	78	50
С 1 марта	83	50	83	50
Горох лущеный	21	20	21	20
Морковь				
До 1 января	16	13	16	13
С 1 января	17	13	17	13
Лук репчатый	12	10	12	10
Масло растительное	5	5	5	5
Вода	169	169	169	169
Выход супа		250		250

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
5,08	5,35	23,85	163,75
дети с 12 лет и старше			
5,08	5,35	23,85	163,75

Технология приготовления

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь мелкими кубиками, лук мелко рубят.

Подготовленный горох кладут в воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности. Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части картофель, нарезанный кубиками или дольками; горох (кроме лущеного) в виде целых, неразваренных зерен.

Консистенция: картофель и бобовые - мягкие; горох – лущеный – пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: светло – желтый (горчичный).

Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху.

Запах: гороха, пассерованных кореньев и лука.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 11

Наименование кулинарного изделия (блюда): котлеты, биточки, шницели
Номер рецептуры: 372

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	85	77	95	86
Или мясо на кости	104	77	116	86
Или фарш	78	77	87	86
Хлеб пшеничный	17	17	19	19
Сухари	10	10	11	11
Молоко или вода	21	21	23	23
Масса полуфабриката		113		125
Масло сливочное	6	6	7	7
Масса готовых изделий		90		100
Выход		90		100

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
16,02	15,75	12,87	257,40
дети с 12 лет и старше			
17,8	17,5	14,3	286

Технология приготовления

Измельченное на мясорубке мясо соединяют с пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно, замоченным в воде или молоке, добавляют соль и перемешивают и вторично пропускают через мясорубку. Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом – котлеты или изделия овально-приплюснутой формы - биточки, или шницели-плоско-овальной формы, толщиной 1 см, панируют в сухарях. Изделия обжаривают с двух сторон до образования поджаристой корочки, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250 - 280 град. С в течение 5 - 7 минут.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма овально-приплюснутая, с заостренным концом, котлеты или изделия овально-приплюснутой формы - биточки, или шницели-плоско-овальной формы, сбоку подлит соус и уложен гарнир.

Консистенция: пышная, сочная, однородная.

Цвет: корочки - коричневый, на разрезе – светло-серый.

Вкус: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба.

Запах: жареного мяса, запанированного в сухарях.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 12

Наименование кулинарного изделия (блюда): макаронные изделия отварные с сыром

Номер рецептуры: 295

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия твердых сортов	46	46	61	61
Вода	276	276	366	366
Масса макаронных изделий		131		175
Масло сливочное	4	4	5	5
Сыр не соленый	17	15	22	20
Выход		150		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
8,30	3,25	25,73	164,15
дети с 12 лет и старше			
11,07	4,33	34,31	218,87

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли) без последующей промывки. Макароны варят 20-30 мин без последующей промывки. При отпуске макаронные изделия поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным и посыпают тертым сыром непосредственно перед подачей.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки запеченных макаронных изделий с сыром.

Консистенция: мягкая.

Цвет: белый или кремовый.

Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям с маслом сливочным и сыром, умеренно соленый.

Запах: отварных макаронных изделий в сочетании с маслом сливочным и сыром.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 13

Наименование кулинарного изделия (блюда): мясо (говядина) отварное

Номер рецептуры: 241

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	178	162	178	162
Или мясо на кости	220	162	220	162
Морковь				
До 1 января	5	4	5	4
С 1 января	5,3	4	5,3	4
Лук репчатый	5	4	5	4
Выход		100		100

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
25,80	16,80	0,00	254,00
дети с 12 лет и старше			
25,80	16,80	0,00	254,00

Технология приготовления

Отварное мясо нарезают поперек волокон порционно, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят в этом же бульоне при температуре 50-60° С в закрытой посуде.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки отварной говядины.

Консистенция: мягкая, нежная, сочная.

Цвет: от серого до темно-серого.

Вкус: отварного мяса говядины, умеренно соленый.

Запах: отварного мяса говядины.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 14

Наименование кулинарного изделия (блюда): чай с молоком

Номер рецептуры: 375, 376

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,5	0,5
Вода	54	54	54	54
Чай-заварка		50		50
Молоко	51	50	51	50
Вода	105	105	105	105
Выход		200		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
1,45	1,25	2,43	28,00
дети с 12 лет и старше			
1,45	1,25	2,43	28,00

Технология приготовления

Заваривают заварку чая, доливают кипятком. К приготовленному чаю с обавляют горячее кипяченое молоко.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость - серовато-белого цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: серовато-белый.

Вкус: чай с привкусом молока.

Запах: свойственный молоку и чаю.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 15

Наименование кулинарного изделия (блюда): борщ с капустой и картофелем со сметаной

Номер рецептуры: 82

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Свекла				
До 1 января	50	40	50	40
С 1 января	53	40	53	40
Капуста свежая	25	20	25	20
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	26	20	26	20
С 1 ноября-31 декабря	28	20	28	20
С 1 января-28-29 февраля	30	20	30	20
С 1 марта	33	20	33	20
Морковь				
До 1 января	16	13	16	13
С 1 января	17	13	17	13
Лук репчатый	12	10	12	10
Томатное пюре	4	4	4	4
Масло растительное	5	5	5	5
Вода	200	200	200	200
Выход супа		250		250
Сметана	5	5	5	5
Выход супа со сметаной		255		255

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
1,75	6,05	9,37	98,50
дети с 12 лет и старше			
1,75	6,05	9,37	98,50

Технология приготовления

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.

В кипящую 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.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части борща овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель - брусочками).

Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая - упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: малиново - красный, жира на поверхности - оранжевый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 16

Наименование кулинарного изделия (блюда): рыба, тушеная в томате с овощами

Номер рецептуры: 229

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Из филе, выпускаемого промышленностью				
Рыба-филе	57	55	63	61
Вода или бульон	17	17	19	19
Морковь				
До 1 января	25	20	28	22
С 1 января	27	20	29	22
Лук репчатый	8	7	10	8
Томатное пюре	9	9	10	10
Масло растительное	4,5	4,5	5	5
Масса тушеной рыбы		45		50
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом		90		100
Выход		90		100

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
8,66	4,47	2,34	85,50
дети с 12 лет и старше			
9,62	4,97	2,60	95,00

Технология приготовления

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло, томатное пюре, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 мин).

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: целый тушеный кусок рыбы, уложен на тарелку вместе с соусом, сбоку — гарнир.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый, соуса - розовый, овощей - натуральный.

Вкус: рыбы в сочетании с соусом и овощами, умеренно соленый.

Запах: рыбный, с ароматом специй.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 17

Наименование кулинарного изделия (блюда): компот из смеси сухофруктов

Номер рецептуры: 349

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Сухофрукты	20	50*	20	50*
Вода	215	215	215	215
Выход		200		200

***масса сухофруктов отварных**

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
0,44	0,00	8,92	40,00
дети с 12 лет и старше			
0,44	0,00	8,92	40,00

Технология приготовления компот

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, варят до готовности.

Температура подачи не выше 20 С.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: с хорошо выраженным привкусом сухофруктов.

Запах: сухофруктов.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 18

Наименование кулинарного изделия (блюда): кисломолочный продукт

Номер рецептуры: 386

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Кисломолочный продукт без сахара	206	200	206	200
Выход		200		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
5,80	5,00	8,00	106,00
дети с 12 лет и старше			
5,80	5,00	8,00	106,00

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Кисломолочные продукты наливают непосредственно в стакан.

Температура подачи не выше 20° С.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с жидкостью.

Консистенция: жидкая, сметанообразная.

Цвет: соответствует.

Вкус: соответствует.

Запах: соответствует.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 19

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша перловая рассыпчатая

Номер рецептуры: 171

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Крупа перловая	47	47	56	56
Масса каши		141		169
Масло сливочное	9	9	11	11
Выход с маслом		150		180

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
4,35	6,95	30,93	202,00
дети с 12 лет и старше			
5,22	8,34	37,12	242,40

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом сливочным

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: коричневый.

Вкус: каши перловой рассыпчатой в сочетании с маслом сливочным.

Запах: каши перловой рассыпчатой в сочетании с маслом сливочным.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 20

Наименование кулинарного изделия (блюда): масло сливочное (порциями)

Номер рецептуры: 14

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Масло сливочное	10	10	10	10
Выход		10		10

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
0,08	7,15	0,12	64,70
дети с 12 лет и старше			
0,08	7,15	0,12	64,70

Технология приготовления

Предварительно масло сливочное зачищают. Масло сливочное нарезают на кусочки прямоугольной или др. формы.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма соответствует.

Консистенция: мягкая.

Цвет: белый (желтый).

Вкус: масла сливочного.

Запах: масла сливочного.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 21

Наименование кулинарного изделия (блюда): суп картофельный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 103

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	100	75	100	75
С 1 ноября-31 декабря	107	75	107	75
С 1 января-28-29 февраля	116	75	116	75
С 1 марта	125	75	125	75
Макаронные изделия твердых сортов	10	10	10	10
Морковь				
До 1 января	12,5	10	12,5	10
С 1 января	13,3	10	13,3	10
Лук репчатый	12	10	12	10
Масло растительное	2,5	2,5	4	4
Вода	175	175	175	175
Выход супа		250		250

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
2,65	2,78	24,23	132,50
дети с 12 лет и старше			
2,65	2,78	24,23	132,50

Технология приготовления

В кипящую воду кладут картофель, припущенные со сливочным маслом морковь, бланшированный репчатый лук и варят 10-15 мин, затем добавляют макаронные изделия и варят еще 15 минут. Макароны закладывают до овощей, лапшу одновременно с картофелем, а вермишель за 10-15 минут до готовности супа.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель, макаронные изделия и овощи.

Консистенция: картофель, коренья, макаронные изделия мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: умеренно соленый, картофеля, пассерованных овощей.

Запах: овощей.

УТВЕРЖДАЮ

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 22

Капуста тушеная с рисом с мясом птицы

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо, приготовленное и реализуемое в общеобразовательных школах.

2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда (изделия), должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Куры 1 кат. потрошенные	83	72	104	90
Морковь				
До 1 января	2,5	2	3,8	3
С 1 января	2,7	2	4,0	3
Лук репчатый	1,2	1	1,5	1,3

Масса тушеной птицы		50		63
Крупа рисовая (только бурый рис)	5	5	6	6
Капуста свежая	201	161	251	201
Масло растительное	6	6	8	8
Томатное пюре	9	9	11	11
Морковь				
До 1 января	5	4	6,3	5
С 1 января	5,3	4	6,7	5
Лук репчатый	7	6	10	8
Мука цельнозерновая	1,5	1,5	2	2
Выход капусты тушеной		150		188
Выход капусты тушеной с птицей		200		250

4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), крупу рисовую, пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, солью и вновь доводят до кипения. Тушеную капусту отпускают с птицей.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин.

5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Температура подачи не ниже 65° С.

6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами с рисом и мясом птицы. Форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей, с птицей.

6.2 Микробиологические показатели блюда (изделия) должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции» или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт.

7 ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
12,00	13,23	15,57	242,71
дети с 12 лет и старше			
16,20	17,86	21,02	327,66

Подписи:

Заведующий производством (или шеф-повар)

Бухгалтер

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 23

Наименование кулинарного изделия (блюда): жаркое по-домашнему

Номер рецептуры: 374

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	69	63	87	79
Или мясо на кости	94	63	107	79
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	122	92	153	115
С 1 ноября-31 декабря	132	92	164	115
С 1 января-28-29 февраля	142	92	177	115
С 1 марта	154	92	192	115
Лук репчатый	14	12	18	15
Масло сливочное	6	6	7	7
Томат-пюре	6	6	7	7
Масса тушеного мяса		40		50
Масса готовых овощей		120		150
Выход		160		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
8,53	10,34	13,77	188,00
дети с 12 лет и старше			
10,66	12,92	17,21	235,00

Технология приготовления

Мясо нарезают ломтиками, картофель и лук кубиками. Затем мясо слегка обжаривают, лук бланшируют и пассеруют. Мясо и овощи кладут в сотейник слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют пассерованное томатное пюре, соль и бульон (продукт должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. Отпускают жаркое вместе с бульоном и овощами.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма нарезки сохранена, блюдо уложено в тарелочку.

Консистенция: мягкая.

Цвет: соответствует ингредиентам, входящим в блюдо.

Вкус: солоноватый, мяса в сочетании с овощами.

Запах: мяса в сочетании с овощами.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 24

Наименование кулинарного изделия (блюда): гуляш

Номер рецептуры: 260

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	78	71	87	79
Или мясо на кости	96	71	107	79
Масло растительное	4,5	4,5	5	5
Лук репчатый	11	9	12	10
Томатное пюре	7	7	8	8
Мука цельнозерновая	1,8	1,8	2	2
Масса тушеного мяса		45		50
Масса соуса		45		50
Выход		90		100

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
11,59	11,50	2,47	160,74
дети с 12 лет и старше			
12,88	12,78	2,74	178,60

Технология приготовления

Нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают водой и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляют в него пассерованный лук, соль, заливают мясо и тушат еще 25-30 мин.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: мясо нарезано кубиками, в соусе уложено на тарелку, сбоку - гарнир.

Консистенция: мяса - мягкая, сочная, соуса - однородная, слегка вязкая.

Цвет: мяса – светло-коричневый.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса с луком и томатом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 25

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры: 171

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Крупа гречневая	67	67	80	80
Масса каши		141		169
Масло сливочное	9	9	11	11
Выход с маслом		150		180

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
6,28	9,94	46,69	300,94
дети с 12 лет и старше			
7,54	11,93	56,03	361,13

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом сливочным

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: коричневый.

Вкус: каши гречневой рассыпчатой в сочетании с маслом сливочным.

Запах: каши гречневой рассыпчатой в сочетании с маслом сливочным.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 26

Наименование кулинарного изделия (блюда): компот из плодов или ягод сушеных (кураги)

Номер рецептуры: 348

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курага	20	37*	20	37*
Вода	223	223	223	223
Выход		200		200

*масса сухофруктов отварных

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
1,04	0,00	11,00	47,00
дети с 12 лет и старше			
1,04	0,00	11,00	47,00

Технология приготовления компот

Подготовленную курагу заливают горячей водой, нагревают до кипения варят до готовности. Курагу варят 10-20 минут.

Температура подачи не выше 20° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма кураги сохранена, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, кураги - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: с хорошо выраженным привкусом кураги.

Запах: кураги.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 27

Наименование кулинарного изделия (блюда): пюре картофельное

Номер рецептуры: 312

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	170	128	205	154
С 1 ноября-31 декабря	183	128	220	154
С 1 января-28-29 февраля	197	128	237	154
С 1 марта	214	128	257	154
Молоко	23	23	28	28
Молоко кипяченое		22		27
Масло сливочное	5	5	6	6
Выход		150		180

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
3,12	5,10	18,57	132,60
дети с 12 лет и старше			
3,74	6,12	22,28	159,12

Технология приготовления

Очищенный картофель варят в кипящей подсоленной воде до готовности. Воду сливают. Добавляют кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения сливочное масло. Протирают, перемешивают.

При изготовлении картофельного пюре следует использовать механическое оборудование.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: протертая картофельная масса.

Консистенция: пышная, густая, однородная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный.

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 27

Наименование кулинарного изделия (блюда): картофель отварной

Номер рецептуры: 312

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	239	150	239	180
С 1 ноября-31 декабря	257	150	257	180
С 1 января-28-29 февраля	237	150	237	180
С 1 марта	301	150	301	180
Масса отварного картофеля		131		175
Масло сливочное	5	5	6	6
Выход		150		180

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
3,00	4,91	22,07	144,60
дети с 12 лет и старше			
3,60	5,89	26,48	173,52

Технология приготовления

Очищенный картофель кладут в кипящую подсоленную воду и варят. Когда картофель сварится, сливают воду, картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 минут на менее горячей поверхности плиты. Поливают готовый картофель с растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: очищенный картофель, клубни целые, не разваренные.

Консистенция: плотная, рыхлая, но не разварившаяся.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла, умеренно соленый.

Запах: вареного картофеля и сливочного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 28

Наименование кулинарного изделия (блюда): рыба, тушеная в томате с овощами

Номер рецептуры: 229

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Из филе, выпускаемого промышленностью				
Рыба-филе	76	73	76	73
Вода или бульон	23	23	23	23
Морковь				
До 1 января	34	27	34	27
С 1 января	36	27	36	27
Лук репчатый	11	9	11	9
Томатное пюре	12	12	12	12
Масло растительное	6	6	6	6
Масса тушеной рыбы		60		60
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом		120		120
Выход		120		120

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
11,55	5,96	3,12	114,00
дети с 12 лет и старше			
11,55	5,96	3,12	114,00

Технология приготовления

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло, томатное пюре, , соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 мин).

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: целый тушеный кусок рыбы, уложен на тарелку вместе с соусом, сбоку — гарнир.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый, соуса - розовый, овощей - натуральный.

Вкус: рыбы в сочетании с соусом и овощами, умеренно соленый.

Запах: рыбный, с ароматом специй.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 29

Наименование кулинарного изделия (блюда): свекольник со сметаной

Номер рецептуры: 131

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Свекла				
До 1 января	80	64	80	64
С 1 января	85	64	85	64
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	57	43	57	43
С 1 ноября-31 декабря	61	43	61	43
С 1 января-28-29 февраля	66	43	66	43
С 1 марта	72	43	72	43
Морковь				
До 1 января	12,5	10	12,5	10
С 1 января	13,3	10	13,3	10
Лук репчатый	12	11	12	11
Томатное пюре	3	3	3	3
Масло сливочное	5	5	5	5
Вода	200	200	200	200
Выход супа		250		250
Сметана	5	5	5	5
Выход супа со сметаной		255		255

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
2,23	5,06	10,98	111,00
дети с 12 лет и старше			
2,23	5,06	10,98	111,00

Технология приготовления

Свеклу отваривают целиком в кожуре, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый полукольцами. Морковь и лук пассеруют при температуре 110 градусов, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон кладут пассерованные морковь и лук репчатый, варят 10 минут. Затем кладут свеклу, пассерованное томатное пюре, варят до готовности. За 5 минут до окончания варки добавляют соль, сметану и кипятят.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части свекольника овощи, сохранившие форму нарезки.

Консистенция: овощи мягкие; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: малиново – красный, жира на поверхности - оранжевый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 30

Наименование кулинарного изделия (блюда): курица в соусе с томатом

Номер рецептуры: 405

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Цыплята-бройлеры 1 категории потрошенные	140	122	156	136
Отварная мякоть птицы без кожи и костей		53		59
Масло сливочное	7	7	8	8
Лук репчатый	7	6	8	7
Томатное пюре	7	7	8	8
Мука цельнозерновая	1,5	1,5	1,6	1,6
Чеснок	0,9	0,7	1	0,8
Сметана	4	4	4,5	4,5
Морковь				
До 1 января	7,5	6	8,8	7
С 1 января	8	6	9,3	7
Выход		90		100

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
10,21	10,15	2,94	143,70
дети с 12 лет и старше			
11,34	11,28	3,27	159,67

Технология приготовления

Курицу отваривают тушками (целиком), отделяют мякоть от кожи и костей и нарезают брусочками по 10-15 г. Морковь шинкуют соломкой, пассеруют на масле с добавлением куриного бульона. Томатное пюре пассеруют до исчезновения сырого запаха томата. Лук репчатый, нарезанный полукольцами, бланшируют, затем пассеруют без изменения цвета. Муку пассеруют без изменения цвета (без масла), разводят горячим бульоном, доводят до кипения при постоянном помешивании, закладывают морковь, лук, проваривают 1-20 минут (до готовности овощей), вводят томатное пюре, варят 5 минут, закладывают мякоть курицы и тушат 10-15 минут. В конце тушения добавляют растертый чеснок, сметану, доводят до кипения и подают.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: тушеные кусочки птицы с овощами в соусе томатном со сметаной.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: розовый, курицы на разрезе-белый.

Вкус: тушеный птицы с овощами, в соусе сметанном с томатом, умеренно соленый.

Запах: тушеный птицы с овощами, в соусе сметанном с томатом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 31

Наименование кулинарного изделия (блюда): овощи припущенные (морковь)

Номер рецептуры: 136

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Морковь				
До 1 января	195	156	234	187
С 1 января	207	156	249	187
Масло сливочное	7	7	8	8
Выход		150		180

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
2,00	9,57	14,86	154,29
дети с 12 лет и старше			
2,40	11,48	17,83	185,15

Технология приготовления

Морковь нарезают дольками или кубикам, кладут в посуду слоем не более 5 см и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: припущенная морковь.

Консистенция: мягкая.

Цвет: оранжевый.

Вкус: моркови в сочетании с маслом сливочным.

Запах: моркови в сочетании с маслом сливочным.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 32

Наименование кулинарного изделия (блюда): суп картофельный с мясными фрикадельками

Номер рецептуры: 104,105

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	117	88	117	88
С 1 ноября-31 декабря	126	88	126	88
С 1 января-28-29 февраля	136	88	136	88
С 1 марта	147	88	147	88
Морковь				
До 1 января	11	9	11	9
С 1 января	12	9	12	9
Лук репчатый	11	9	11	9
Томатное пюре	2	2	2	2
Масло растительное	2	2	2	2
Вода	154	154	154	154
Выход		220		220
Фрикадельки мясные готовые		30		30
Выход с мясными фрикадельками		250		250
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	41	37	37	34
Или мясо на кости	50	37	46	34

Или фарш	34,3	34	34,3	34
Лук репчатый	4	3	4	3
Вода	3	3	3	3
Масса полуфабриката		40		40
Выход		30		30

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
8,47	5,90	20,40	168,54
дети с 12 лет и старше			
8,47	5,90	20,40	168,54

Технология приготовления супа

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассерованное томатное пюре, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки (не разрезаны и не помяты). Фрикадельки одинакового размера

Консистенция: картофель и овощи мягкие; фрикадельки упругие, сочные, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: умеренно соленый, картофеля и пассерованных овощей.

Запах: мясных экстрактивных веществ, пассерованных овощей и картофеля.

Технология приготовления фрикаделек

Мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, водой, солью и хорошо размешивают. Сформованные шарики массой 8-10 г припускают в бульоне до готовности.

Хранят фрикадельки на мармите в бульоне.

Требования к качеству

Внешний вид: изделия в форме шариков одинакового размера.

Консистенция: мягкая, нежная.

Цвет: фрикаделек - серый

Вкус: свойственный свежеприготовленному изделию из котлетной массы.

Запах: соответствующий изделию из котлетной массы.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 33

Наименование кулинарного изделия (блюда): икра баклажанная (промышленного производства)

Номер рецептуры: 117

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Икра баклажанная	60	60	100	100
Выход		60		100

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
1,02	7,98	3,06	88,80
дети с 12 лет и старше			
1,70	13,30	5,10	148,00

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Икру промышленного производства порционируют непосредственно перед раздачей.

Температура подачи 14° С.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

Требования к качеству

Внешний вид: икра уложена горкой.

Консистенция: густая, однородная.

Цвет: красно-коричневый.

Вкус: баклажан.

Запах: баклажан.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 34

Наименование кулинарного изделия (блюда): суп молочный с крупой

Номер рецептуры: 121

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов -

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Молоко	125	125	135	135
Вода	13	13	14	14
Крупа рисовая (только бурый рис), или хлопья «Геркулес»	15	15	16	16
Или ячневая, или гречневая, или перловая	20	20	22	22
Масло сливочное	2	2	2,2	2,2
Выход		250		270

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
4,25	7,78	18,21	132,75
дети с 12 лет и старше			
5,51	10,09	23,60	172,04

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Рисовую, гречневую, ячневую, перловую крупы, хлопья «Геркулес» варят в подсоленной воде до полуготовности 10-15 минут. Затем добавляют горячее молоко, кладут соль, варят до готовности.

Перловую крупы можно варить в воде (соотношение воды и крупы 6:1), затем сливают воду и закладывают крупу в смесь молока и воды, доводят до кипения, кладут соль.

При отпуске суп заправляют растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа - разваренная крупа, на поверхности – масло сливочное.

Консистенция: в меру вязкая, крупа мягкая, набухшая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: жидкой части - белый с кремовым оттенком, на поверхности - слой желтого сливочного масла.

Вкус: слабосоленый, с привкусом сливочного масла.

Запах: кипяченого молока, выражен аромат свежего масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 35

Наименование кулинарного изделия (блюда): котлеты рубленые из птицы

Номер рецептуры: 294

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Куры 1 категории				
Куры 1 кат. потрошенные	146	127	162	141
Мякоть птицы		70		78
Хлеб пшеничный	16	16	18	18
Вода	23	23	26	26
Сухари	9	9	10	10
Мааса полуфабриката		113		126
Масса готовых изделий		90		100
Масло сливочное	6	9	10	10
Выход		90		100

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
13,62	12,68	7,61	214,20
дети с 12 лет и старше			
15,13	14,09	8,45	238,00

Технология приготовления

Мякоть птицы без кожи пропускают через мясорубку. Измельченное мясо соединяют с замоченным в воде хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты, или биточки, или шницели. Панируют в сухарях Полуфабрикаты кладут на противень с маслом и

доводят до готовности в жарочном шкафу, при температуре 250-270° С (20-25 мин).

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма сохранена, без трещин.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: серый - на разрезе, ан поверхности - коричневый.

Вкус: умеренно соленый, птицы.

Запах: свойственный птице.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 36

Наименование кулинарного изделия (блюда): соус сметанный

Номер рецептуры: 442

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Мука цельнозерновая	0,5	0,5	0,5	0,5
Масло сливочное	0,5	0,5	0,5	0,5
Вода или отвар	11	11	11	11
Масса соуса		10		10
Сметана	10	10	10	10
Выход		20		20

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
0,32	2,14	0,63	22,96
дети с 12 лет и старше			
0,32	2,14	0,63	22,96

Технология приготовления

Белый соус соединяют со сметаной доводят до кипения и варят 3-5 минут.

Для белого соуса муку подсушивают при температуре 110-120° С, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70° С, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно ¼ горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся бульон и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса.

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: белый.

Вкус: умеренно соленый, с привкусом сметаны.

Запах: свежей сметаны.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 37

Наименование кулинарного изделия (блюда): тефтели

Номер рецептуры: 279

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов -
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников
/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Мясо жилованное	63	57	69	63
Вода	9	9	10	10
Крупа рисовая (только бурый рис)	7	7	8	8
Масса готового рассыпчатого риса		23		25
Лук репчатый	32	27	36	30
Масло растительное	4,5	4,5	5	5
Масса пассерованного лука		13,5		15
Мука цельнозерновая	6	6	7	7
Масса полуфабриката		106		118
Масса готовых тефтелей		90		100
Масло растительное	4,5	4,5	5	5
Выход		90		100

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
10,76	12,70	10,24	197,70
дети с 12 лет и старше			
11,96	14,11	11,38	219,67

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

В мясной фарш без хлеба добавляют соль, мелко нарезанный пассерованный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков. Шарики панируют в муке, укладывают на противень с маслом и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели в виде шариков, с равномерной (без трещин) мягкой корочкой.

Консистенция: в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: коричневый.

Вкус и запах: тушеного мяса.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 38

Наименование кулинарного изделия (блюда): капуста тушеная

Номер рецептуры: 139

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Капуста свежая	214	171	256	205
Масло растительное	6	6	7	7
Томатное пюре	9	9	11	11
Морковь				
До 1 января	5	4	6,3	5
С 1 января	5,3	4	6,7	5
Лук репчатый	7	6	8	7
Мука цельнозерновая	1,5	1,5	1,8	1,8
Выход капусты тушеной		150		180

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
3,02	5,38	11,27	106,20
дети с 12 лет и старше			
3,62	6,46	13,52	127,44

Технология приготовления

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), крупу рисовую, пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами. Форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 39

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша жидкая
молочная

Номер рецептуры: 182,183

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов -
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников
/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Крупа овсяная, или перловая, или ячневая, хлопья «Геркулес»	29	29	39	39
Молоко	74	74	98	98
Вода	56	56	74	74
Или крупа гречневая	29	29	39	39
Молоко для каши гречневой	103	103	137	137
Вода для каши гречневой	22	22	29	29
Масса каши		146		195
Масло сливочное	4	4	5	5
Выход		150		200

Химический состав на 1 порцию (дети с 7-11 лет)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
Каша жидкая молочная овсяная			
5,70	6,30	20,55	162,00
Каша жидкая молочная перловая			
4,83	4,84	22,67	154,50
Каша жидкая молочная ячневая			
5,03	4,90	22,25	153,75

Каша жидкая молочная «Геркулес»			
5,70	6,33	21,21	165,00
Каша жидкая молочная гречневая			
6,62	6,21	21,25	168,00

Химический состав на 1 порцию (дети с 12 лет и старше)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
Каша жидкая молочная овсяная			
7,6	8,4	27,4	216
Каша жидкая молочная перловая			
6,44	6,45	30,23	206
Каша жидкая молочная ячневая			
6,71	6,53	29,66	205
Каша жидкая молочная «Геркулес»			
7,6	8,44	28,28	220
Каша жидкая молочная гречневая			
8,83	8,28	28,33	224

Технология приготовления

Крупы перебирают, просеивают или промывают.

В кипящую воду добавляют соль, перемешивают. Затем всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 минут. После этого добавляют горячее молоко и продолжают варку до готовности.

Горячую кашу отпускают с маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: жидкая.

Цвет: соответствует виду крупы.

Вкус: умеренно соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и привкусом сливочного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 40

Наименование кулинарного изделия (блюда): икра кабачковая (промышленного производства)

Номер рецептуры: 115

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Икра кабачковая	60	60	100	100
Выход		60		100

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
60 гр.			
1,14	5,34	4,62	71,40
100 гр.			
1,90	8,90	7,70	119,00

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Икру промышленного производства порционируют непосредственно перед раздачей.

Температура подачи 14° С.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

Требования к качеству

Внешний вид: икра уложена горкой.

Консистенция: мягкая.

Цвет: оранжевый (коричневый).

Вкус: кабачков.

Запах: кабачков.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 41

Наименование кулинарного изделия (блюда): рагу из овощей с мясом

Номер рецептуры: 143,330,241

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	48	44	65	59
Или мясо на кости	60	44	80	59
Масса отварного мяса		27		36
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	72	54	96	72
С 1 ноября-31 декабря	77	54	103	72
С 1 января-28-29 февраля	83	54	111	72
С 1 марта	90	54	120	72
Морковь				
До 1 января	18	14	24	19
С 1 января	19	14	25	19
Лук репчатый	6	5	8	7
Капуста белокочанная	28	22	36	29
Соус		37		49
Сметана	10	10	13	13
Мука пшеничная	3	3	4	4
Вода или отвар	28	28	37	37
Масса белого соуса		28		37

Масло растительное	5	5	7	7
Выход рагу из овощей		123		164
Выход рагу из овощей с мясом		150		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
9,16	11,95	10,95	192,95
дети с 12 лет и старше			
12,21	15,93	14,60	257,27

Технология приготовления

Говядину отваривают, отварное мясо нарезают поперек волокон порционно, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят в этом же бульоне при температуре 50-60 ° С в закрытой посуде.

Режут дольками или кубиками картофель и корни. Коренья пассеруют. Капусту нарезают шашками, припускают. Картофель и овощи соединяют с соусом сметанным и тушат 10-15 минут. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20 минут до готовности.

Соус сметанный. Для белого соуса пассеруют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70° С выливают ¼ часть горячей воды или отвара и вымешивают.

Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Отпускают рагу из овощей мясом
Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: мягкая, плотная.

Цвет: светло-оранжевый.

Вкус: овощей, умеренно соленый.

Запах: овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 42

Наименование кулинарного изделия (блюда): рагу из овощей с мясом

Номер рецептуры: 143,330,241

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	52	47	65	59
Или мясо на кости	64	47	80	59
Масса отварного мяса		29		36
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	77	58	96	72
С 1 ноября-31 декабря	83	58	103	72
С 1 января-28-29 февраля	89	58	111	72
С 1 марта	97	58	120	72
Морковь				
До 1 января	19	15	24	19
С 1 января	20	15	25	19
Лук репчатый	7	6	8	7
Капуста белокочанная	29	23	36	29
Соус		39		49
Сметана	10	10	13	13
Мука пшеничная	4	3,2	4	4
Вода или отвар	30	30	37	37
Масса белого соуса		30		37

Масло растительное	3	3	7	7
Выход рагу из овощей		131		164
Выход рагу из овощей с мясом		160		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
9,77	12,74	11,68	205,82
дети с 12 лет и старше			
12,21	15,93	14,60	257,27

Технология приготовления

Говядину отваривают, отварное мясо нарезают поперек волокон порционно, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят в этом же бульоне при температуре 50-60 °С в закрытой посуде.

Резут дольками или кубиками картофель и коренья. Коренья пассеруют. Капусту нарезают шашками, припускают. Картофель и овощи соединяют с соусом сметанным и тушат 10-15 минут. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20 минут до готовности.

Соус сметанный. Для белого соуса пассеруют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70°С выливают ¼ часть горячей воды или отвара и вымешивают.

Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Отпускают рагу из овощей мясом
Температура подачи не ниже 65°С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: мягкая, плотная.

Цвет: светло-оранжевый.

Вкус: овощей, умеренно соленый.

Запах: овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 43

Наименование кулинарного изделия (блюда): плов из птицы

Номер рецептуры: 291

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Куры 1 категории				
Куры 1 кат. потрошенные	89	77	111	96
Масло растительное	7	7	9	9
Лук репчатый	8	7	11	9
Морковь				
До 1 января	11	9	14	11
С 1 января	12	9	15	11
Томатное пюре	6	6	7	7
Крупа рисовая	38	38	47	47
Масса тушеной птицы		54		67
Масса готового риса с овощами		106		133
Выход		160		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
15,89	20,27	25,71	348,80
дети с 12 лет и старше			
19,87	25,33	32,13	436,00

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Кусочки мяса птицы слегка обжаривают, посыпают солью, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук, томатное пюре, затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 30—40 мин в жарочный шкаф.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки мяса птицы, рис рассыпчатый с овощами.

Консистенция: мяса - мягкая, риса - мягкая.

Цвет: мяса птицы - серый, риса и овощей - от светло - до темно-оранжевого.

Вкус и запах: специфический для тушеного мяса птицы, риса и пассерованных овощей, умеренно соленый.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 44

Наименование кулинарного изделия (блюда): плов из отварной говядины

Номер рецептуры: 244

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	72	65	89	81
Или мясо на кости	88	65	110	81
Крупа рисовая	27	27	43	34
Масло растительное	6	6	8	8
Лук репчатый	7	6	10	8
Морковь				
До 1 января	12,5	10	15	12
С 1 января	13,3	10	16	12
Вода или овощной отвар	96	96	120	120
Масса отварного мяса		40		50
Масса гарнира		120		150
Выход		160		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
11,89	13,26	18,24	235,20
дети с 12 лет и старше			
14,86	16,58	22,8	294

Технология приготовления

Крупку промывают. Мясо, сваренное до полуготовности, нарезают кусочками по 10-15 г, добавляют пассерованные овощи, заливают бульоном или отваром и дают закипеть, добавляют крупку рисовую, варят до загустения, закрывают крышкой и ставят на 40-50 минут в жарочный шкаф или уменьшают нагрев и доводят до готовности на плите. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: мясо нарезано кубиком (10-15 гр.), уложено на тарелку с рисом рассыпчатым и овощами.

Консистенция: мяса-мягкая, нежная; риса-мягкая.

Цвет: мяса-серый, риса и овощей-светло-оранжевый.

Вкус: отварного мяса, риса и пассерованных овощей, умеренно соленый.

Запах: мяса с ароматом риса и овощей.