Название меню: Горячий завтрак
Возрастная категория: от 7 до 11 лет
Характеристика питающихся: Без особенностей

Сборники рецептур, которые были использованы в меню:

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г.

Полуфабрикаты

Список блюд(всего 20):

Салат из белокочанной капусты с морковью

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-8з-2020

Наименование изделия:Салат из белокочанной капусты с морковью

Номер рецептуры:54-8з-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	капуста белокочанная	63.0	50.4	0.91	0.05	2.37	13.6
2	морковь	7.5	6.0	0.08	0.01	0.41	2.0
3	масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.99	0.00	53.9
4	сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.99	12.0
5	соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
6	вода	3.0	3.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
Выход:			**60**	**0.99**	**6.05**	**5.78**	**81.5**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	капуста белокочанная	0.02	0.02	1.51	0.35	23	7	151	24	8	16	0	1.5	0.2
2	морковь	0.00	0.00	120.00	0.06	0	1	12	2	2	3	0	0.3	0.0
3	масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	77	0	1	0	0	0	8.0	0.0
6	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	1	0	0	0	0.0	0.0

7	кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.02**	**0.02**	**121.51**	**0.41**	**23**	**85**	**163**	**28**	**10**	**19**	**0**	**9.8**	**0.2**

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 х 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой (2 на 15 мм). Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают. В капусту и морковь добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока. Затем заправляют сахаром, раствором лимонной кислоты, растительным маслом, хорошо перемешивают. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся; консистенция - слегка хрустящая; цвет - окраска овощей не изменилась; вкус и запах - свойственные входящим в салат продуктам.

Салат из свежих помидоров и огурцов

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-5з-2020

Наименование изделия:Салат из свежих помидоров и огурцов

Номер рецептуры:54-5з-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	огурец	23.7	21.0	0.17	0.02	0.53	3.0
2	томат	32.5	28.8	0.32	0.06	1.09	6.2
3	лук зеленый	8.1	7.2	0.09	0.01	0.23	1.4
4	масло подсолнечное	3.0	3.0	0.00	3.00	0.00	27.0
5	соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**60**	**0.58**	**3.09**	**1.85**	**37.6**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	огурец	0.01	0.01	2.10	0.04	2	2	30	5	3	9	0	0.6	0.1
2	томат	0.02	0.01	38.30	0.20	7	1	84	4	6	7	0	0.6	0.1
3	лук зеленый	0.00	0.01	23.98	0.04	2	1	19	7	1	2	0	0.1	0.0

4	масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	77	0	1	0	0	0	8.0	0.0
Итого		**0.03**	**0.03**	**64.38**	**0.28**	**11**	**81**	**133**	**17**	**10**	**18**	**0**	**9.3**	**0.2**

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Огурцы перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, нарезают тонкими ломтиками. Помидоры перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками. Лук перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, очищают, промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Овощи смешивают, заправляют солью и растительным маслом. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – помидоры и огурцы нарезаны тонкими ломтиками, лук шинкованный; консистенция – помидоров и огурцов – упругая, сочная; цвет – помидоры красные или розовые, огурцы белые с зеленой каемкой; вкус и запах - свойственные овощам в сочетании с луком и растительным маслом.

Салат из свеклы отварной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13з-2020

Наименование изделия:Салат из свеклы отварной

Номер рецептуры:54-13з-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	свекла	71.2	57.0	0.80	0.05	4.56	21.9
2	масло подсолнечное	3.0	3.0	0.00	2.64	0.00	23.7
3	соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**60**	**0.8**	**2.69**	**4.56**	**45.6**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	свекла	0.01	0.02	0.68	0.09	2	20	136	19	11	21	1	4.0	0.4
2	масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0

Итого	**0.01**	**0.02**	**0.68**	**0.09**	**2**	**79**	**136**	**20**	**11**	**21**	**1**	**12**	**0.4**

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают, очищают от кожицы, измельчают на овощерезке. При отпуске заправляют солью, растительным маслом. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - свекла мелко измельчена; консистенция: мягкая, сочная; цвет - темно-малиновый; вкус и запах - свойственные свекле.

Салат из моркови и яблок

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11з-2020

Наименование изделия:Салат из моркови и яблок

Номер рецептуры:54-11з-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	морковь	45.8	36.6	0.48	0.04	2.53	12.3
2	яблоко	20.3	18.0	0.07	0.07	1.76	8.0
3	масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.99	0.00	53.9
4	соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**60**	**0.55**	**6.1**	**4.29**	**74.2**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	морковь	0.02	0.03	732.00	0.37	2	8	73	10	14	20	0	1.8	0.0
2	яблоко	0.01	0.00	0.90	0.05	2	5	50	3	2	2	0	0.4	0.1
3	масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	77	0	1	0	0	0	8.0	0.0
Итого		**0.03**	**0.03**	**732.9**	**0.42**	**4**	**90**	**123**	**14**	**16**	**22**	**0**	**10.2**	**0.1**

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Яблоки моют проточной водой, очищают от кожуры и сердцевин, нарезают мелкой соломкой. Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Морковь и яблоки смешивают в одной емкости, добавляют соль и заправляют растительным маслом. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - салат уложен горкой, морковь и яблоки сохранили форму нарезки; консистенция: морковь – хрустящая, яблоки - мягкие; цвет - свойственный моркови и яблокам; вкус и запах - свойственные моркови и яблокам.

Салат из белокочанной капусты

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-7з-2020

Наименование изделия:Салат из белокочанной капусты

Номер рецептуры:54-7з-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	капуста белокочанная	93.8	75.0	1.35	0.08	3.53	20.2
2	лук репчатый	7.5	6.0	0.08	0.01	0.49	2.4
3	морковь	7.5	6.0	0.08	0.01	0.41	2.0
4	масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.99	0.00	53.9
5	сахар-песок	1.8	1.8	0.00	0.00	1.80	7.2
6	соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
Выход:			**60**	**1.51**	**6.09**	**6.24**	**85.7**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	капуста белокочанная	0.02	0.03	2.25	0.52	34	10	225	36	12	23	0	2.2	0.2
2	лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	1	0	11	2	1	3	0	0.2	0.0
3	морковь	0.00	0.00	120.00	0.06	0	1	12	2	2	3	0	0.3	0.0
4	масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	77	0	1	0	0	0	8.0	0.0
7	кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.02**	**0.03**	**122.25**	**0.61**	**35**	**88**	**248**	**41**	**15**	**29**	**0**	**10.7**	**0.2**

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 х 15 мм) с помощью овощерезательной машины, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком, выделившийся сок отжимают. Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с

помощью овощерезательной машины мелкой соломкой или натирают на терке. Лук репчатый перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают и мелко шинкуют. Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают. Подготовленные овощи соединяют, добавляют сахар, раствор лимонной кислоты, масло растительное и перемешивают. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся; консистенция - слегка хрустящая; цвет - окраска овощей не изменилась; вкус и запах - свойственные входящим в салат продуктам.

Каша гречневая рассыпчатая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4г-2020

Наименование изделия:Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры:54-4г-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	крупа гречневая ядрица	69.0	69.0	8.17	2.00	35.85	194.1
2	масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
3	соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	вода	102.0	102.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**150**	**8.22**	**6.34**	**35.93**	**233.7**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	крупа гречневая ядрица	0.21	0.11	0.83	3.97	0	2	218	12	120	179	4	2.3	3.5
2	масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	18.36	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
3	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
4	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	31	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.21**	**0.12**	**19.19**	**3.98**	**0**	**150**	**220**	**46**	**120**	**181**	**4**	**22.3**	**3.6**

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывающие пустые зерна удаляют (ситечком) и варят до загустения, помешивая. Когда каша сделается густой, помешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или водяной бане (температура 100о С) или в жарочном шкафу при температуре

140-160 градусов Цельсия. Затем вливают растопленное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой, уваривают еще 3-4 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы полностью набухшие, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга; консистенция - рассыпчатая; цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Макароны отварные

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1г-2020

Наименование изделия:Макароны отварные

Номер рецептуры:54-1г-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	макаронные изделия высшего сорта	51.0	51.0	5.27	0.58	32.72	157.2
2	масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
3	соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	вода	306.0	306.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**150**	**5.32**	**4.92**	**32.8**	**196.8**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	макаронные изделия высшего сорта	0.06	0.02	0.00	1.18	0	1	52	9	7	39	1	0.8	0.0
2	масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	18.36	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
3	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
4	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	94	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.06**	**0.03**	**18.36**	**1.19**	**0**	**149**	**54**	**106**	**7**	**41**	**1**	**20.8**	**0.1**

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (лапшу - 20-25 минут, вермишель - 10-12 минут); проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослоек непроваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют растопленным сливочным маслом и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия 5 минут, блюдо готово к раздаче. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - макаронные изделия должны сохранить форму, увеличиться в объеме в 2-3 раза, хорошо отделяться друг от друга; цвет, вкус и запах - присущий макаронным изделиям со вкусом сливочного масла.

Рис отварной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-6г-2020

Наименование изделия:Рис отварной

Номер рецептуры:54-6г-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	крупа рисовая	54.0	54.0	3.55	0.48	36.36	163.9
2	масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
3	соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	вода	324.0	324.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**150**	**3.6**	**4.82**	**36.44**	**203.5**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	крупа рисовая	0.03	0.02	0.00	1.43	0	5	45	4	23	70	0	0.8	7.2
2	масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	18.36	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
3	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
4	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	100	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.03**	**0.03**	**18.36**	**1.44**	**0**	**153**	**47**	**107**	**23**	**72**	**0**	**20.8**	**7.3**

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают в теплой воде несколько раз меняя воду. Подготовленную крупу всыпают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают воде стечь. Рис перекладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют горячим сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия 5-7 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, не деформированные, не слипшиеся; консистенция - мягкая; вкус: не допускается вкус подгорелой каши; запах: не допускается запах подгорелой каши.

Плов с курицей

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-12м-2020

Наименование изделия:Плов с курицей

Номер рецептуры:54-12м-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	крупа рисовая	45.3	45.3	2.98	0.40	30.51	137.5
2	томатное пюре	10.7	10.7	0.36	0.00	1.15	6.0
3	лук репчатый	8.4	6.7	0.09	0.01	0.50	2.5
4	морковь	13.4	10.7	0.13	0.01	0.67	3.3
5	куриная грудка (филе)	76.0	67.3	14.93	1.13	0.24	70.8
6	масло подсолнечное	6.7	6.7	0.00	5.89	0.00	53.0
7	соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
8	вода	181.4	181.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**200**	**18.49**	**7.44**	**33.07**	**273.1**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	крупа рисовая	0.03	0.01	0.00	1.20	0	4	38	3	20	59	0	0.6	6.0
2	томатное пюре	0.00	0.00	12.84	0.09	1	1	60	2	4	7	0	0.0	0.1
3	лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	10	2	1	3	0	0.2	0.0
4	морковь	0.00	0.01	128.40	0.09	0	2	18	3	4	5	0	0.5	0.0
5	куриная грудка (филе)	0.03	0.04	3.63	4.15	0	31	163	5	50	100	1	4.0	13.5
6	масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	235	0	3	0	1	0	32.0	0.0
8	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	56	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.06**	**0.06**	**144.87**	**5.56**	**1**	**273**	**289**	**74**	**79**	**175**	**1**	**37.3**	**19.6**

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Рис перебирают и промывают. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением воды и томатного пюре. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо разрезают на кусочки по 15-20 г, посыпают солью, тушат, добавляют пассерованные или припущенные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой, доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. Когда рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф (пароконвектомат) на

25-40 минут. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки, набухшие; консистенция - мясо мягкое, крупа рассыпчатая; вкус и запах: свойственные плову.

Рагу из курицы

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-22м-2020

Наименование изделия:Рагу из курицы

Номер рецептуры:54-22м-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	мука пшеничная высший сорт	1.1	1.1	0.11	0.01	0.70	3.4
2	картофель	123.8	91.0	1.71	0.32	13.50	63.7
3	томатное пюре	7.0	7.0	0.24	0.00	0.75	4.0
4	лук репчатый	14.4	11.5	0.15	0.02	0.86	4.2
5	морковь	23.8	19.0	0.23	0.02	1.19	5.9
6	петрушка (зелень)	3.8	3.0	0.10	0.01	0.21	1.3
7	куриная грудка (филе)	93.8	83.0	18.41	1.39	0.30	87.3
8	масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.27	0.00	47.5
9	соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
10	лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.1
Выход:			**200**	**20.95**	**7.04**	**17.52**	**217.4**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	1	0	0	1	0	0.0	0.1
2	картофель	0.08	0.05	1.64	1.31	7	3	429	8	18	46	1	4.5	0.2
3	томатное пюре	0.00	0.00	8.40	0.06	1	1	39	1	3	4	0	0.0	0.0
4	лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	0	0	17	3	1	6	0	0.3	0.1
5	морковь	0.01	0.01	228.00	0.15	0	3	32	5	6	9	0	0.9	0.0
6	петрушка (зелень)	0.00	0.00	17.10	0.02	2	1	20	6	2	2	0	0.1	0.0
7	куриная грудка (филе)	0.04	0.05	4.48	5.11	1	38	201	6	62	123	1	5.0	16.7
8	масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	235	0	3	0	1	0	32.0	0.0

10	лавровый лист	0.00	0.00	0.06	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.13**	**0.11**	**259.68**	**6.71**	**11**	**281**	**739**	**32**	**92**	**192**	**2**	**42.8**	**17.1**

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо разрезают на кусочки по 30-35 г., посыпают солью, заливают горячей водой в количестве 20-30% от массы набора продуктов, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 20 мин. Бульон, оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус, которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют нарезанные кусочками картофель, морковь, лук, соль, петрушку и тушат 20-25 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - мясо вместе с соусом и гарниром уложены в баранчик, овощи сохранили форму нарезки; консистенция - сочная, мягкая; вкус и запах -свойственные тушеному мясу птицы, томата и овощей.

Курица тушеная с морковью

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-25м-2020

Наименование изделия:Курица тушеная с морковью

Номер рецептуры:54-25м-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	мука пшеничная высший сорт	2.7	2.7	0.27	0.03	1.72	8.2
2	лук репчатый	12.9	10.3	0.14	0.02	0.77	3.8
3	морковь	28.4	22.7	0.28	0.02	1.43	7.0
4	куриная грудка (филе)	67.2	59.5	13.20	0.99	0.22	62.6
5	сметана 15.0%	9.1	9.1	0.22	1.20	0.30	12.9
6	масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.8	1.8	0.01	1.15	0.02	10.5
7	масло подсолнечное	2.7	2.7	0.00	2.37	0.00	21.4
8	соль поваренная йодированная	0.7	0.7	0.00	0.00	0.00	0.0
9	вода	40.0	40.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**100**	**14.12**	**5.78**	**4.46**	**126.4**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.

1	мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	3	0	0	2	0	0.0	0.1
2	лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
3	морковь	0.01	0.01	272.40	0.18	0	4	38	5	8	11	0	1.1	0.0
4	куриная грудка (филе)	0.03	0.03	3.21	3.67	0	27	144	4	45	89	1	3.6	11.9
5	сметана 15.0%	0.00	0.01	5.84	0.04	0	3	9	7	1	5	0	0.8	0.0
6	масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	4.86	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	215	0	2	0	0	0	29.2	0.0
9	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	12	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.04**	**0.05**	**286.31**	**3.96**	**0**	**249**	**209**	**33**	**55**	**112**	**1**	**35**	**12**

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах, нарезают порционными кусками, панируют в муке, кладут на предварительно смазанный противень и запекают. Подготовленные овощи нарезают соломкой и припускают. Порционные куски запеченной курицы кладут в сотейник, добавляют подготовленные овощи, немного воды, закрывают крышкой и тушат до полуготовности, затем заливают подготовленным соусом сметанным и доводят до готовности. Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу при температуре 120 градусов С, не допуская изменения ее цвета, охлаждают до 70 градусов С, растирают со сливочным маслом, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы. Затем заливают оставшейся водой и варят до готовности. В конце варки добавляют соль. Горячий процеженный соус соединяют со сметаной, доведенной до кипения, и варят 3-5 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – курица нарезана кубиками, консистенция – курица мягкая, овощи сохранили форму, цвет – курица на разрезе белого цвета, поверхность кусочков – розоватая, цвета соуса, вкус и запах – куриного мяса.

Жаркое по-домашнему из курицы

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-28м-2020

Наименование изделия:Жаркое по-домашнему из курицы

Номер рецептуры:54-28м-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	картофель	141.2	103.8	1.95	0.37	15.40	72.7
2	томатное пюре	6.5	6.5	0.22	0.00	0.70	3.7
3	лук репчатый	17.2	13.8	0.18	0.02	1.03	5.1

4	куриная грудка (филе)	114.1	101.0	22.41	1.69	0.37	106.3
5	масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.5	6.5	0.05	4.15	0.08	37.8
6	соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
7	лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.1
Выход:			**200**	**24.81**	**6.23**	**17.59**	**225.7**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	картофель	0.09	0.06	1.87	1.49	8	4	489	9	21	52	1	5.2	0.2
2	томатное пюре	0.00	0.00	7.80	0.06	1	0	36	1	3	4	0	0.0	0.0
3	лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.06	1	0	20	4	2	7	0	0.4	0.1
4	куриная грудка (филе)	0.05	0.06	5.45	6.22	1	46	245	7	76	150	1	6.1	20.3
5	масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	17.55	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
6	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	235	0	3	0	1	0	32.0	0.0
7	лавровый лист	0.00	0.00	0.05	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.14**	**0.13**	**32.72**	**7.84**	**11**	**286**	**792**	**25**	**102**	**216**	**2**	**43.7**	**20.7**

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками, бланшируют, пассеруют с добавлением масла сливочного. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо разрезают на куски, поперек волокон порционно из расчета по 2 куска на порцию, массой по 30-40 г, мясо запекают до образования легкой румяной корочки. Запеченное мясо и овощи кладут в электросковороду слоями, чтобы сверху и снизу мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и воду (продукты должны быть покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса и овощи сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус и запах - свойственные тушеному мясу и овощам.

Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11р-2020

Наименование изделия:Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)

Номер рецептуры:54-11р-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	томатное пюре	6.3	6.3	0.21	0.00	0.68	3.6
2	лук репчатый	12.2	9.8	0.13	0.02	0.73	3.6
3	морковь	21.9	17.5	0.21	0.02	1.10	5.4
4	петрушка (корень)	3.5	2.8	0.04	0.01	0.26	1.3
5	минтай (филе)	68.8	60.9	9.10	0.48	0.00	40.7
6	масло подсолнечное	5.3	5.3	0.00	4.66	0.00	41.9
7	сахар-песок	1.8	1.8	0.00	0.00	1.63	6.5
8	соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
9	вода	17.5	17.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**70**	**9.69**	**5.19**	**4.4**	**103**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	томатное пюре	0.00	0.00	7.56	0.06	1	0	35	1	3	4	0	0.0	0.0
2	лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	14	3	1	5	0	0.3	0.0
3	морковь	0.01	0.01	210.00	0.14	0	3	29	4	6	8	0	0.9	0.0
4	петрушка (корень)	0.00	0.00	0.03	0.03	0	0	8	1	1	2	0	0.0	0.0
5	минтай (филе)	0.05	0.05	3.65	2.24	0	19	212	21	29	127	0	91.3	8.5
6	масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
9	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	5	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.06**	**0.06**	**221.24**	**2.51**	**1**	**81**	**298**	**36**	**40**	**146**	**0**	**100.5**	**8.5**

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью, петрушкой и добавляют томат-пюре. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на порционные куски под углом 90 градусов. Порционные куски рыбы укладывают в смазанный маслом противень, на рыбу укладывают пассерованные овощи, заливают водой на высоту рыбы, добавляют сахар, соль и запекают до готовности в духовом шкафу (пароконвектомате) - 40-45 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - куски рыбы целые, не развалившиеся; консистенция - сочная; цвет, вкус и запах – соответствуют данному блюду, рыбный с овощами.

Тефтели "Натуральные"

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): П/Ф

Наименование изделия:Тефтели "Натуральные"

Номер рецептуры:П/Ф

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Полуфабрикаты, 2020

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	тефтели "Натуральные", полуфабрикат	65.0	65.0	7.99	6.49	4.68	109.1
Выход:			**65**	**7.99**	**6.49**	**4.68**	**109.1**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	тефтели "Натуральные", полуфабрикат	0.05	0.06	10.12	4.23	1	233	131	11	12	83	1	23.7	1.3
Итого		**0.05**	**0.06**	**10.12**	**4.23**	**1**	**233**	**131**	**11**	**12**	**83**	**1**	**23.7**	**1.3**

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Полуфабрикаты

Характеристика блюда на выходе:

Котлеты Домашние

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): П/Ф

Наименование изделия:Котлеты Домашние

Номер рецептуры:П/Ф

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Полуфабрикаты, 2020

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	котлеты домашние, полуфабрикат	75.0	75.0	9.71	7.67	5.85	131.2
Выход:			**75**	**9.71**	**7.67**	**5.85**	**131.2**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	котлеты домашние, полуфабрикат	0.07	0.08	10.19	4.90	3	274	185	17	15	105	1	27.4	1.9
Итого		**0.07**	**0.08**	**10.19**	**4.9**	**3**	**274**	**185**	**17**	**15**	**105**	**1**	**27.4**	**1.9**

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Полуфабрикаты

Характеристика блюда на выходе:

Какао с молоком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21гн-2020

Наименование изделия:Какао с молоком

Номер рецептуры:54-21гн-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	молоко 2.5% м.д.ж	130.0	130.0	3.54	2.86	5.68	62.6
2	сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	какао-порошок	5.0	5.0	1.14	0.66	0.46	12.4
4	вода	80.0	80.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**200**	**4.68**	**3.52**	**12.5**	**100.4**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.16	17.16	0.83	1	49	158	137	16	102	0	11.7	2.3
2	сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	какао-порошок	0.00	0.01	0.09	0.27	0	0	63	6	18	28	1	0.0	0.0
4	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	25	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.04**	**0.17**	**17.25**	**1.1**	**1**	**49**	**221**	**168**	**34**	**130**	**1**	**11.7**	**2.3**

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипяток и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные какао с сахаром.

Чай с сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2гн-2020

Наименование изделия:Чай с сахаром

Номер рецептуры:54-2гн-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
2	чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
3	вода	200.0	200.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**200**	**0.19**	**0.04**	**6.42**	**26.8**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
2	чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
3	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	62	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0**	**0.01**	**0.3**	**0.09**	**0**	**1**	**21**	**66**	**4**	**7**	**1**	**0**	**0**

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар. Чай разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром.

Компот из смеси сухофруктов

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1хн-2020

Наименование изделия:Компот из смеси сухофруктов

Номер рецептуры:54-1хн-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	смесь сухофруктов	26.8	25.0	0.47	0.00	13.42	55.6
2	сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	вода	190.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**200**	**0.47**	**0**	**19.78**	**81**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	смесь сухофруктов	0.00	0.00	15.00	0.05	0	0	0	49	2	4	0	0.0	0.0
2	сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	59	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0**	**0**	**15**	**0.05**	**0**	**0**	**0**	**108**	**2**	**4**	**0**	**0**	**0**

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Сухофрукты перебирают, промывают в теплой воде. Подготовленные сухофрукты закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5-2 часа; яблоки 20-30 минут; урюк 18-20 минут; изюм 5-10 минут. Компот охлаждают, процеживают. Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - компот прозрачный; цвет - коричневый; вкус - сладкий; запах и вкус - характерный для компота из сухофруктов.

Кисель из апельсинов

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-20хн-2020

Наименование изделия:Кисель из апельсинов

Номер рецептуры:54-20хн-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	апельсин	73.5	50.0	0.42	0.09	3.69	17.2
2	сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	крахмал картофельный	6.0	6.0	0.01	0.00	4.27	17.1
4	вода	160.0	160.0	0.00	0.00	0.00	0.0
5	кислота лимонная	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**200**	**0.43**	**0.09**	**14.32**	**59.7**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	апельсин	0.01	0.01	2.40	0.08	12	5	82	15	6	10	0	1.0	0.2
2	сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	крахмал картофельный	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	1	2	0	4	0	0.0	0.0
4	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	49	0	0	0	0.0	0.0

5	кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.01**	**0.01**	**2.4**	**0.08**	**12**	**5**	**83**	**66**	**6**	**14**	**0**	**1**	**0.2**

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Апельсины моют, очищают от кожицы. Удаляют семена, протирают, отжимают сок. Из цедры и оставшейся после отжима мякоти плодов готовят отвар, цедру и мякоть заливают закипевшей водой и оставляют в закрытой посуде на 2 часа, процеживают. К процеженному отвару добавляют сахар, доводят до кипения, вводят крахмал, разведенный в охлажденной кипяченой воде (1 часть крахмала на 5 частей отвара), добавляют отжатый сок, лимонную кислоту и вновь доводят до кипения. Кисель охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет - оранжевый; вкус и запах - апельсиновый.

Кисель из вишни

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-22хн-2020

Наименование изделия:Кисель из вишни

Номер рецептуры:54-22хн-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	вишня	25.4	24.0	0.18	0.04	2.32	10.4
2	сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	крахмал картофельный	6.0	6.0	0.01	0.00	4.27	17.1
4	вода	180.0	180.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			**200**	**0.19**	**0.04**	**12.95**	**52.9**

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	вишня	0.01	0.01	2.45	0.10	1	4	51	8	5	6	0	0.5	0.0
2	сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	крахмал картофельный	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	1	2	0	4	0	0.0	0.0
4	вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	55	0	0	0	0.0	0.0
Итого		**0.01**	**0.01**	**2.45**	**0.1**	**1**	**4**	**52**	**65**	**5**	**10**	**0**	**0.5**	**0**

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, освобождают от косточек, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1

часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают. Кисель охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - вишневый.