

СОГЛАСОВАНО

Начальник территориального отдела
Управления Федеральной службы по надзору
в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
по Красноярскому краю в г. Лесосибирске



Я.И. Вецлер

2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Пировская средняя школа»



Т.В. Залевская

2020 г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
«ПИРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»
(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, ПИРОВСКИЙ РАЙОН, С. ПИРОВСКОЕ, УЛ. 1 МАЯ, 28)**

**РАЗРАБОТАНО
ООО «ФСЭБ»**

«06» августа 2020 г. Регистр № 05/02 М-2020

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

с. Пировское

2020 г.

ВВЕДЕНИЕ

Настоящее примерное циклическое меню (далее меню) разработано для детей в возрасте с 6 лет и старше с целью обеспечения в пищевых веществах и энергии с учетом физиологических потребностей, с учетом их возраста.

Настоящее меню рассчитано на 2-кратный прием пищи – завтрак, обед. Интервалы между приемами пищи не превышают 3,5-4 часов. Длительность приемов пищи должна составлять: для завтрака 15-20 минут, для обеда 20-30 минут.

Группы продленного дня в учреждении не организованы.

Распределение калорийности по приемам пищи составляет: завтрак - 25 %, обед - 35 %.

На основании п. 6.15 в суточном рационе питания оптимальное соотношение пищевых веществ: белков, жиров и углеводов, должна составлять 1:1:4 или в процентном отношении от калорийности, как 10-15%, 30-32% и 55-60%, соответственно, а соотношения кальция к фосфору, как 1:1,5.

В исключительных случаях при отсутствии необходимого набора продуктов проводится их замена на продукты, равноценные по химическому составу в соответствии с таблицей замены.

В целях профилактики йоддефицитных состояний в питании детей необходимо использование только йодированной соли.

При организации питания детей следует руководствоваться п. 8 СанПиН 2.4.5 2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

Для обеспечения физиологической потребности в витаминах в обязательном порядке проводится С-витаминизация третьих блюд. Витаминизация осуществляется в соответствии с инструкцией. Допускается использование премиксов; инстантные витаминные напитки готовят в соответствии с прилагаемыми инструкциями непосредственно перед раздачей. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом). Замена витаминизации блюд выдачей поливитаминных препаратов в виде драже, таблеток, пастилок и других форм не допускается. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами в меню могут быть использованы специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами. Технологические карты приготовления витаминизированных напитков промышленного производства «Валетек» прилагаются. О проводимых в учреждении мероприятиях по профилактике витаминной и микроэлементной недостаточности администрация образовательного учреждения должна информировать родителей детей и подростков.

Согласно требований СанПиН 2.4.5 2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» разрешается использовать с массовой долей жира творожные изделия (не более 9% массовой доли жира), кондитерские изделия без крема.

Не рекомендуется использовать в питании детей пищевые продукты, содержащие в своем составе ароматизаторы и красители искусственного происхождения, в том числе безалкогольные газированные напитки, кондитерские изделия, жевательную резинку и др.

Выдача готовой пищи разрешается только после снятия пробы медицинским работником или ответственным лицом (на момент отсутствия медработника) с обязательной отметкой вкусовых качеств и готовности, а также соответствующей записи в бракеражном журнале готовых блюд. Медработник контролирует выход (вес) кулинарных изделий, для чего взвешивается 5 - 10 порций (котлет, рулета, запеканки). Вес порционных продуктов (сливочное масло, сыр) контролируется взвешиванием всех

порций. Вес порции должен соответствовать выходу блюда, указанному в меню-раскладке.

При нарушении технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности блюда допускается к выдаче только после устранения выявленных кулинарных недостатков. В бракеражном журнале готовых блюд необходимо отмечать закладку основных продуктов: масла в каши и гарниры, сахара в третьи блюда и пр.

Ежедневно суточную пробу готовых блюд в объеме 100,0 г (штучные изделия целиком) отбирают в стерильную стеклянную посуду с крышкой (гарниры и салаты - в отдельную посуду), сохраняют в холодильнике при температуре +2 - +6 град. С не менее 48 часов. Контроль за правильностью отбора и хранения суточных проб осуществляет медицинский работник.

В учреждении следует организовать питьевой режим, обеспечивающий безопасность качества питьевой воды, которая должна отвечать требованиям санитарных норм и правил.

На каждое блюдо заведующим производством разрабатывается технологическая карточка, в которой в обязательном порядке указывается номер рецептуры и наименование рецептурного справочника, а также кулинарная обработка продуктов.

На основании настоящего меню диетсестра или врач совместно с зав. производством (шеф-поваром) и кладовщиком составляет меню-раскладку, которая утверждается в установленном порядке директором учреждения.

Меню разработано на основании:

- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

- СанПиН 2.4.5 2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

- 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.

- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

-Сборник технологических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1 часть, изд-во «Хлебпродинформ», г. Москва, 1996 г., под ред. В. Т. Лапшиной

-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.

-Сборник технических нормативов- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.:ДеЛи принт, 2011 г.

-Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организации и детских оздоровительных учреждений / Под общ.ред. профессора А.Я. Перевалова. – Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Технологические карты приготовления блюд к разработанному примерному циклическому меню для организации питания детей указаны в приложении 1.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кисель с витаминами

«Киселек Валетек»

Номер рецептуры: 614

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 продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто, г	нетто, г
Концентрат киселя с витаминами «Киселек Валетек» для детей школьного и дошкольного возраста	20	20
Вода	200	200
Выход		200

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0	Ca (мг):	0
Жиры (г):	0	Mg (мг):	0
Углеводы (г):	18,4	Fe (мг):	0
Эн. ценность (ккал)	74	C (мг):	20,0

Технология приготовления

Для приготовления 5 л. киселя (2 порций) 500 г концентрата разводят в 1,5 л. холодной воды, тщательно перемешивают, вливают в кипящую воду (3,5 л), размешивают и доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: вязкая однородная жидкость без комочков налита в стакан.

Консистенция: жидкая, однородная.

Цвет: соответствует используемой вкусо-ароматической добавке.

Вкус: свойственный используемой вкусо-ароматической добавке.

Запах: свойственный используемой вкусо-ароматической добавке.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кисель с витаминами и кальцием «Валетек»

Номер рецептуры: 615

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 продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто, г	нетто, г
Концентрат киселя с витаминами и кальцием «Валетек»	20	20
Вода	200	200
Выход		200

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0	Ca (мг):	50
Жиры (г):	0	Mg (мг):	0
Углеводы (г):	18,0	Fe (мг):	0
Эн. ценность (ккал)	72,0	C (мг):	30,0

Технология приготовления

Для приготовления 5 л. киселя (2 порций) 500 г концентрата разводят в 1,5 л. холодной воды, тщательно перемешивают, вливают в кипящую воду (3,5 л), размешивают и доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: вязкая однородная жидкость без комочков налита в стакан.

Консистенция: жидкая, однородная.

Цвет: соответствует используемой вкусо - ароматической добавке.

Вкус: свойственный используемой вкусо - ароматической добавке.

Запах: свойственный используемой вкусо-ароматической добавке.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Напиток «Валетек» с витаминами

Номер рецептуры: 617

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. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто, г	нетто, г
Концентрат напитка «Валетек»	20	20
Вода	200	200
Выход		200

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0	Ca (мг):	0
Жиры (г):	0	Mg (мг):	0
Углеводы (г):	18,4	Fe (мг):	0
Эн. ценность (ккал)	74,0	C (мг):	30,0

Технология приготовления

20 г концентрата растворить в 200 мл. кипяченой воды температурой 30-40° С.

Температура подачи 30-40°С или охлажденного до 14°С.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная жидкость налита в стакан.

Консистенция: жидкая, однородная.

Цвет: соответствует используемой вкусо - ароматической добавке.

Вкус: свойственный используемой вкусо - ароматической добавке.

Запах: свойственный используемой вкусо-ароматической добавке.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Напиток с витаминами, кальцием и магнием «Валетек»

Номер рецептуры: 618

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. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто, г	нетто, г
Смесь сухая с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек»	20	20
Вода	200	200
Выход		200

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0	Ca (мг):	250
Жиры (г):	0	Mg (мг):	14
Углеводы (г):	17,4	Fe (мг):	0
Эн. ценность (ккал)	67,0	C (мг):	28,0

Технология приготовления

20 г концентрата растворить в 200 мл. кипяченой воды температурой 30-40° С.

Температура подачи 30-40°С или охлажденного до 14°С.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная жидкость налита в стакан.

Консистенция: жидкая, однородная.

Цвет: соответствует используемой вкусо - ароматической добавке.

Вкус: свойственный используемой вкусо - ароматической добавке.

Запах: свойственный используемой вкусо-ароматической добавке.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Напиток с витаминами, «Валетек Классные Витаминки»

Номер рецептуры: 619

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 продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто, г	нетто, г
Смесь сухая с витаминами для напитка «Валетек Классные Витаминки»	20	20
Вода	200	200
Выход		200

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0	Ca (мг):	0
Жиры (г):	0	Mg (мг):	14
Углеводы (г):	19,4	Fe (мг):	0
Эн. ценность (ккал)	75,0	C (мг):	20,0

Технология приготовления

20 г концентрата растворить в 200 мл. кипяченой воды температурой 30-40° С.

Температура подачи 30-40°С или охлажденного до 14°С.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная жидкость налита в стакан.

Консистенция: жидкая, однородная.

Цвет: соответствует используемой вкусо - ароматической добавке.

Вкус: свойственный используемой вкусо - ароматической добавке.

Запах: свойственный используемой вкусо-ароматической добавке.

Расчет продуктов питания в гр.
Дети 6-10 лет

		День 1																												
№ ПК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, грунто	Хлеб ржаной, грунто	Мука пшеничная, грунто	Крупы, бобовые, грунто	Макаронные изделия, грунто	Картофель, грунто	Овощи, зелень, грунто	Фрукты (плоды) свежие, грунто	Фрукты (плоды) сухие, липовник, грунто	Соки, грунто	Мясо (животные) 1 кг, грунто	Цыпленок 1 категории потрошеный, грунто	Грибы (филе), в т.ч. сельдь, грунто	Колбасные изделия, грунто	Молоко, грунто	К/м, грунто	Творог, грунто	Сыр, грунто	Сметана, грунто	Масло слив., грунто	Масло растит., грунто	Яйцо, грунто	Сахар, грунто	Кондит. изд., грунто	Чай, грунто	Какао, коф. вып., грунто	Дрожжи, грунто	Соль	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
53	Суп молочный с макаронными изделиями					16										186					3			2						
6	Сыр (порциями)																		13											
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								160																					
3	Масло сливочное (порциями)																				10									
30	Чай с сахаром и лимонном								6															16		0,50				
ГП	Хлеб ржаной		20																											
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20																												
	Итого	20	20	0	0	16	0	0	166	0	0	0	0	0	0	186	0	0	13	0	11	0	0	18	0	0,50	0	0	0	
Обед																														
27	Икра кабачковая (промышленного производства)							61																						
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной						41	94											5	4										
23	Котлеты или биточки рыбные	24												55		21						5	5							
15	Соус сметанный с томатом			2,5				10,3											8	2,6										
52	Рис отварной с овощами				29			118													9									
25	Сок										200																			
ГП	Хлеб пшеничный	65																												
ГП	Хлеб ржаной		30																											
	Итого	89	30	2,5	29	0	41	283,3	0	0	200	0	0	55	0	21	0	0	0	13	15,6	5	5	0	0	0,00	0	0	0	
	Норма соли на весь день																												3	
	Итого за день	109	50	2,5	29	16	41	283,3	166	0	200	0	0	55	0	207	0	0	13	13	26,6	5	5	18	0	0,5	0	0	3	

Дети 6-10 лет

День 2

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, бруttö	Хлеб ржаной, бруttö	Мука пшеничная, бруttö	Крупы, бобовые, бруttö	Макаронные изделия, бруttö	Картофель, бруttö	Овощи, зелень, бруttö	Фрукты (плоды) свежие, бруttö	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, бруttö	Соки, бруttö	Мясо (жированное) 1 кг, бруttö	Цыпленок 1 категории подброшьеный, бруttö	Рыба (филе), р. т.т. сельдь, бруttö	Колбасные изделия, бруttö	Молоко, бруttö	КМ, бруttö	Творог, бруttö	Сыр, бруttö	Сметана, бруttö	Масло слив., бруttö	Масло растит., бруttö	Яйцо, бруttö	Сахар, бруttö	Кондит. мад., бруttö	Чай, бруttö	Какао, коф. нап., бруttö	Дрожжи, бруttö	Соль	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
3	Мясо сливочное (порциями)																			10										
6	Сыр (порциями)																		13											
18	Омлет натуральный															84					3,5		120							
2	Кофейный напиток с молоком															180								15			2			
11	Хлеб ржаной		20																											
11	Хлеб пшеничный или батон	20																												
	Итого	20	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	264	0	0	13	0	13,5	0	120	15	0	0,00	2	0	0	
Обед																														
67	Винегрет овощной						29	92,6														10								
28	Рассольник ленинградский со сметаной				5		100	44,5												5	4									
12	Лептели			4	7			29				56										8								
16	Макаронные изделия отварные с овощами					25		127													9									
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника									25														15						
11	Хлеб пшеничный	65																												
11	Хлеб ржаной		30																											
	Итого	65	30	4	12	25	129	293,1	0	25	0	56	0	0	0	0	0	0	0	5	13	18	0	15	0	0,00	0	0	0	
	Норма соли на весь день																												3	
	Итого за день	85	50	4	12	25	129	293,1	0	25	0	56	0	0	0	264	0	0	13	5	26,5	18	120	30	0	0	2	0	3	

Дети 6-10 лет

День 3

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, брутто	Овощи, зелень, брутто	Фрукты (ягоды) свежие, брутто	Фрукты (ягоды) сухие, лилопояны, брутто	Соки, брутто	Мясо (жирное) жир, брутто	Цыплята 1 категории потрошенные, брутто	Рыба (жир), в т.ч. сельдь, брутто	Колбасные изделия, брутто	Молоко, брутто	К.М, брутто	Творог, брутто	Сыр, брутто	Сметана, брутто	Масло слив., брутто	Масло растит., брутто	Яйца, брутто	Сахар, брутто	Кондит.изд., брутто	Чай, брутто	Какао, кофе, чай, брутто	Дрожжи, брутто	Соль	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
34	Плов с мясом и грибами				35			22					83									5								
20	Чай с молоком															130								16		0,50				
4	Овощи натуральные свежие (или соленные)							21																						
ГП	Хлеб ржаной		20																											
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20																												
	Итого	20	20	0	35	0	0	43	0	0	0	0	83	0	0	130	0	0	0	0	0	5	0	16	0	0,50	0	0	0	0
Обед																														
1	Кукуруза консервированная отварная							100																						
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной					26	109													5	4			2						
51	Рыба, тушеная в томате с овощами						49							63								5		2						
7	Пюре картофельное					205										28					6									
25	Сок										200																			
ГП	Сочни или творожное печенье																	60												
ГП	Хлеб пшеничный	65																												
ГП	Хлеб ржаной		30																											
	Итого	65	30	0	0	0	231	258	0	0	200	0	0	63	0	28	0	60	0	5	10	5	0	4	0	0,00	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																													
	Итого за день	85	50	0	35	0	231	301	0	0	200	0	83	63	0	158	0	60	0	5	10	10	0	20	0	0,5	0	0	3	

Дети 6-10 лет

День 4

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, грунто	Хлеб ржаной, грунто	Мука пшеничная, грунто	Крупы, бобовые, грунто	Макаронные изделия, грунто	Картофель, грунто	Свояца зеленая, грунто	Фрукты (ягоды) свежие, грунто	Фрукты (ягоды) сухие, плодовые, плодовые, грунто	Соки, грунто	Мясо (жиромое) 1 кг, грунто	Цыплята 1 категории потрошенные, грунто	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, грунто	Жиробасные изделия, грунто	Молоко, грунто	К/М, грунто	Творог, грунто	Сыр, грунто	Сметана, грунто	Масло слив., грунто	Масло растит., грунто	Яйца, грунто	Сахар, грунто	Кондит.изд., грунто	Чай, грунто	Какао, коф. нал., грунто	Дрожжи, грунто	Соль
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
9	Каши жидкая молочная из манной крупы				23											110					4			5					
2	Какао с молоком															180								15			2		
3	Масло сливочное (порциями)																				10								
УП	Кондитерские изделия (вафлы, или пряники, или печенье, или др.)																								55				
ГП	Хлеб ржаной		20																										
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20																											
	Итого	20	20	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	290	0	0	0	0	14	0	0	20	55	0,00	2	0	0
Обед																													
44	Зеленый горошек с луком репчатым							88														3							
40	Суп картофельный с макаронными изделиями				10	100	24,5														4								
14	Котлеты, бисочки, шницели куриные	15											123																
48	Капуста тушеная			2,5			277,5														6								
25	Сок										200														1				
ГП	Хлеб пшеничный	65																											
ГП	Хлеб ржаной		30																										
	Итого	80	30	2,5	0	10	100	390	0	0	200	0	123	0	0	0	0	0	0	0	10	9	0	1	0	0,00	0	0	0
	Норма соли на весь день																												3
	Итого за день	100	50	2,5	23	10	100	390	0	0	200	0	123	0	0	290	0	0	0	0	24	9	0	21	55	0	2	0	3

Дети 6-10 лет

День 5

№ ТК 1	Наименование блюда 2	Хлеб пшеничный, брутто 3	Хлеб ржаной, брутто 4	Мука пшеничная, брутто 5	Крупы, и бобовые, брутто 6	Макаронные изделия, брутто 7	Картофель, брутто 8	Овощи, зелень, брутто 9	Фрукты (плоды) свежие, брутто 10	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, брутто 11	Соя, брутто 12	Мясо (жированное) 1, кат, брутто 13	Цыпленок 1 категории потрошеный, брутто 14	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, брутто 15	Колбасные изделия, брутто 16	Молоко, брутто 17	К/М, брутто 18	Творог, брутто 19	Сыр, брутто 20	Сметана, брутто 21	Масло слив., брутто 22	Масло растит., брутто 23	Яйцо, брутто 24	Сахар, брутто 25	Кондит. нм., брутто 26	Чай, брутто 27	Какао, коф. нал., брутто 28	Дрожжи, брутто 29	Соль 30			
Завтрак																																
19	Колбаса (порциями) вареная или полукопченая														36																	
24	Капа гречневая рассыпчатая				69																5											
ГП	Хлеб ржаной		20																													
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20																														
ГП	Сочни или творожное печенье																	60														
57	Чай с сахаром																							16		0,50						
	Итого	20	20	0	69	0	0	0	0	0	0	0	0	0	36	0	0	60	0	0	5	0	0	16	0	0,5	0	0	0	0	0	
Обед																																
27	Икра кабачковая (промышленного производства)							61																								
5	Суп картофельный гороховый				20		67	31														4										
29	Гуляши			2				20				87										5										
65	Картофель отварной						238														10											
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника								25															15								
ГП	Хлеб пшеничный	65																														
ГП	Хлеб ржаной		30																													
	Итого	65	30	2	20	0	305	112	0	25	0	87	0	0	0	0	0	0	0	0	10	9	0	15	0	0,00	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																															3
	Итого за день	85	50	2	89	0	305	112	0	25	0	87	0	0	36	0	0	60	0	0	15	9	0	31	0	0,5	0	0	0	3		

Дети 6-10 лет																														
День 6																														
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, бруто	Хлеб ржаной, бруто	Мука пшеничная, бруто	Крупы, бобовые, бруто	Макаронные изделия, бруто	Картофель, бруто	Овощи, зелень, бруто	Фрукты (плоды) свежие, бруто	Фрукты (плоды) сушеные, вяленые, бруто	Соки, бруто	Масло (жировое) 1 кг, бруто	Цыпленок 1 категории потрошенные, бруто	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, бруто	Колбасные изделия, бруто	Молоко, бруто	К/М, бруто	Творог, бруто	Сыр, бруто	Сметана, бруто	Масло слив., бруто	Масло растит., бруто	Яйцо, бруто	Сахар, бруто	Комп. вкл., бруто	Чай, бруто	Какао, кофе, нап., бруто	Дрожжи, бруто	Соль	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
26,43	Каша жидкая молочная рисовая (пшеника)				30											147					6			5						
2	Какао с молоком															180								15			2			
6	Сыр (порциями)																			13										
ГП	Хлеб ржаной		20																											
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30																												
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								160																					
	Итого	30	20	0	30	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	327	0	0	13	0	6	0	0	20	0	0,00	2	0	0	
Обед																														
45	Сельдь (порциями)													62																
28	Рассольник ленинградский со сметаной				5		100	44,5												5	4									
66,61	Жаркое по-домашнему (азу)						133	25				113																		
25	Сок									200																				
ГП	Хлеб пшеничный	65																												
ГП	Хлеб ржаной		30																											
	Итого	65	30	0	5	0	233	69,5	0	0	200	113	0	62	0	0	0	0	0	5	4	7	0	0	0	0,00	0	0	0	
	Норма соли на весь день																													3
	Итого за день	95	50	0	35	0	233	69,5	160	0	200	113	0	62	0	327	0	0	13	5	10	7	0	20	0	0	2	0	3	

Дети 6-10 лет																														
День 7																														
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, бругто	Хлеб ржаной, бругто	Мука пшеничная, бругто	Крупы, бобовые, бругто	Макаронные изделия, бругто	Картофель, бругто	Овощи, зелень, бругто	Фрукты (плоды) свежие, бругто	Фрукты (плоды) сухие, выпеченные, бругто	Сахар, бругто	Мясо (жированное) 1 жат, бругто	Цыплята 1 категории потрошенные, бругто	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, бругто	Колбасные изделия, бругто	Молоко, бругто	Крем, бругто	Творог, бругто	Сыр, бругто	Сметана, бругто	Масло слив., бругто	Масло растит., бругто	Яйца, бругто	Сахар, бругто	Кондит.изд., бругто	Чай, бругто	Какао, коф. изд., бругто	Дрожжи, бругто	Соль	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
1	Зеленый горошек (или кукуруза, фасоль) консервированные отварные							31																						
65	Картофель отварной						238																							
12	Тефтели			4	7			29				56																		
15	Соус сметанный с томатом			2,5				10,3																						
20	Чай с молоком															130								16		0,50				
ГП	Хлеб ржаной		20																											
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20																												
	Итого	20	20	6,5	7	0	238	70,3	0	0	0	56	0	0	0	130	0	0	0	8	12,6	8	0	16	0	0,5	0	0	0	0
Обед																														
54	Морская капуста с яйцом							56														5	40							
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной						41	94												5	4									
34	Плов с мясом птицы				35			22					83									5								
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника									25														15						
ГП	Хлеб пшеничный	65																												
ГП	Хлеб ржаной		30																											
	Итого	65	30	0	35	0	41	172	0	25	0	0	83	0	0	0	0	0	0	5	4	10	40	15	0	0,00	0	0	0	0
	Норма соли на весь день	130																												3
	Итого за день	85	50	6,5	42	0	279	242,3	0	25	0	56	83	0	0	130	0	0	0	13	16,6	18	40	31	0	0,5	0	0	3	

Дети 6-10 лет

День 8

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, брутто	Овощи, зелень, брутто	Фрукты (плоды) свежие, брутто	Фрукты (плоды) сушеные, шиповник, брутто	Соусы, брутто	Масло (животное) 1 кат, брутто	Цыплята 1 категории потрошенные, брутто	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, брутто	Колбасные изделия, брутто	Молоко, брутто	Уксус, брутто	Творог, брутто	Сыр, брутто	Сметана, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйца, брутто	Сахар, брутто	Кондит. изд., брутто	Чай, брутто	Какао, кофе, напитки, брутто	Дрожжи, брутто	Соль				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				
Завтрак																																	
39	Омлет с колбасой или сосисками или пряники, или печенье, или др.)														31	100				5		80											
ГП	Хлеб ржаной		20																														
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20																															
3	Масло сливочное (порциями)								6											10													
30	Чай с сахаром и лимоном																							16		0,50							
	Итого	20	20	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	31	100	0	0	0	15	0	80	16	35	0,50	0	0	0	0	0	0		
Обед																																	
4	Овощи натуральные свежие (или соленные)							61																									
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной						26	109												5	4			2									
47	Курица в соусе с томатом			1				19,1					76							3	6												
11	Вермишель отварная					51															5												
25	Соус										200																						
ГП	Сочни или творожное печенье																																
ГП	Хлеб пшеничный	65																															
ГП	Хлеб ржаной		30																														
	Итого	65	30	1	0	51	26	189,1	0	0	200	0	76	0	0	0	0	60	0	8	15	0	0	2	0	0,00	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																																3
	Итого за день	85	50	1	0	51	26	189,1	6	0	200	0	76	0	31	100	0	60	0	8	30	0	80	18	35	0,5	0	0	0	0	3		

Дети 6-10 лет

День 9

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, грунто	Хлеб ржаной, грунто	Мука пшеничная, грунто	Крупа, бобовые, грунто	Макаронные изделия, грунто	Картофель, грунто	Овощи, зелень, грунто	Фрукты (плоды) свежие, грунто	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, грунто	Соки, грунто	Масло (животное) 1 кг, грунто	Целые яйца, куриные, грунто	Рыба (филе), и т.ч. сельдь, грунто	Ковбасные изделия, грунто	Молоко, грунто	Жиры, грунто	Творог, грунто	Сыр, грунто	Сметана, грунто	Масло слив., грунто	Масло растит., грунто	Яйца, грунто	Сахар, грунто	Кондит. изд., грунто	Чай, грунто	Какао, кофе, грунто	Дрожжи, грунто	Соль
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
37	Макаронные изделия отварные с сыром					46												17		4									
ГП	Хлеб пшеничный или батон		20																										
ГП	Хлеб ржаной	20																											
3	Масло сливочное (порциями)																				10								
2	Кофейный напиток с молоком																												
	Итого	20	20	0	0	46	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	17	0	14	0	0	15	0	0	2	0	0
Обед																													
59, 62	Икра морковная или маринад овощной							85														5		0,8					
49, 50	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины						122	25			25										4		2						
56	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	2		3			116	15,8						101								6							
25	Сок										200																		
ГП	Хлеб пшеничный	65																											
ГП	Хлеб ржаной		30																										
	Итого	67	30	3	0	0	238	125,8	0	0	200	25	0	101	0	0	0	0	0	0	4	11	2	0,8	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																												3
	Итого за день	87	50	3	0	46	238	125,8	0	0	200	25	0	101	0	180	0	0	17	0	18	11	2	16	0	0	2	0	3

Дети 6-10 лет

		День 10																												
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, брутто	Овощи, зелень, брутто	Фрукты (плоды) свежие, брутто	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, брутто	Соев, брутто	Мясо (жирное) 1 кг, брутто	Щипота 1 категории потрошенные, брутто	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, брутто	Колбасные изделия, брутто	Молоко, брутто	К/м, брутто	Творог, брутто	Сыр, брутто	Сметана, брутто	Масло слив., брутто	Масло растит., брутто	Яйцо, брутто	Смаж, брутто	Кондит.изд., брутто	Чай, брутто	Какао, коф. нат., брутто	Дрожжи, брутто	Соль	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
		Завтрак																												
19	Колбаса (порциями) вареная или полукопченая														36															
48	Капуста тушеная			2,5				277,5														6			1					
ГП	Сочни или творожное печенье																		60											
ГП	Хлеб ржаной		20																											
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20																												
20	Чай с молоком															130														
	Итого	20	20	2,5	0	0	0	277,5	0	0	0	0	0	0	36	130	0	60	0	0	0	6	0		16		0,50	0	0	
		Обед																												
1	Зеленый горошек (или кукуруза, фасоль) консервированные отварные							92																						
60	Суп с рыбными консервами				5		75	24,5						45								4								
64,58	Оладьи из печени (или котлеты, биточки, шницели из говядины)	13																												
42	Соус сметанный			1,3																8	1,3									
24	Каша гречневая рассыпчатая				69																5									
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника									25															15					
ГП	Хлеб пшеничный	65																												
ГП	Хлеб ржаной		30																											
	Итого	78	30	1,3	74	0	75	116,5	0	25	0	96	0	45	0	0	0	0	0	8	9,3	9	0	15	0	0,00	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																													3
	Итого за день	98	50	3,8	74	0	75	394	0	25	0	96	0	45	36	130	0	60	0	8	9,3	15	0	32	0	0,5	0	0	3	

		Средние нормативы расхода продуктов питания за 10 дней на одного ребенка, в т.ч. дети 6-10 лет	
	Хлеб пшеничный, брутто	3	914
	Хлеб ржаной, брутто	4	500
	Мука пшеничная, брутто	5	253
	Крупы, бобовые, брутто	6	339
	Макаронные изделия, брутто	7	148
	Картофель, брутто	8	1657
	Овощи, зелень, брутто	9	2400,1
	Фрукты (плоды) свежие, брутто	10	332
	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, брутто	11	100
	Соки, брутто	12	1200
	Мясо (жированное) I кат, брутто	13	433
	Цыплята I категории потрошенные, брутто	14	365
	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, брутто	15	326
	Колбасные изделия, брутто	16	103
	Молоко, брутто	17	1786
	К/м, брутто	18	0
	Творог, брутто	19	240
	Сыр, брутто	20	56
	Сметана, брутто	21	57
	Масло слив., брутто	22	186
	Масло растит., брутто	23	102
	Яйцо, брутто	24	247
	Сахар, брутто	25	237
	Кондит. изд., брутто	26	90
	Чай, брутто	27	0,3
	Какао, коф. нап., брутто	28	0,8
	Дрожжи, брутто	29	0,0
	Соль	30	3,0
Итого за 10 дней			914
Итого за 1 день			50,0

Дети 6-10 лет

Дети 6-10 лет														
День 1														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
53	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,85	7,47	20,33	174,67	0,09	1,21	0,23	0,05	227,53	182,65	28,69	0,36
6	Сыр (порциями)	12	1,36	2,76	0,31	36,00	0,00	0,08	0,00	0,02	84,00	84,00	3,96	0,10
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	160	0,64	0,64	15,68	75,20	0,05	16,00	0,32	0,00	25,60	17,66	14,40	3,52
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	0,00	0,00	0,10	0,03	2,40	3,00	0,00	0,00
30	Чай с сахаром и лимоном	200	0,14	0,03	16,15	67,00	0,00	2,05	0,01	0,00	4,95	5,22	2,80	0,49
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	0,02	0,00	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	0,05	0,00	0,46	0,00	6,60	46,80	13,20	0,88
	Итого		11,65	18,28	69,56	499,17	0,21	19,34	1,12	0,10	354,68	357,73	67,05	5,93
Обед														
27	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,82	4,62	46,80	0,02	5,76	1,26	0,00	19,20	18,00	7,80	0,48
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255	1,91	3,97	8,14	85,00	0,05	18,65	0,20	0,00	39,42	51,56	22,63	0,81
23	Котлеты или биточки рыбные	80	11,17	5,32	45,46	131,20	0,09	0,36	2,23	0,02	80,25	181,14	37,40	0,73
15	Соус сметанный с томатом	25	0,49	6,15	2,10	65,63	0,00	0,79	0,14	0,00	13,84	13,20	4,28	0,15
52	Рис отварной с овощами	150	2,59	7,67	18,05	166,00	0,02	2,32	0,26	0,00	3,84	51,98	20,77	0,57
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,98	24,64	135,20	0,15	0,00	1,45	0,00	21,45	151,32	42,90	2,86
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	Итого		24,55	27,41	136,65	781,83	0,38	31,88	5,54	0,02	197,40	494,80	141,78	9,27
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день		36,20	45,69	206,21	1281,00	0,59	51,22	6,66	0,12	552,08	852,53	208,83	15,20
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		78,35	96,39	102,59	90,85	81,39	142,28	111,00	28,57	83,65	86,11	139,22	211,11

Дети 6-10 лет

День 2

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	0,00	0,00	0,10	0,03	2,40	3,00	0,00	0,00
6	Сыр (порциями)	12	1,36	2,76	0,31	36,00	0,00	0,08	0,00	0,02	84,00	84,00	3,96	0,10
18	Омлет натуральный	200	16,92	17,47	4,84	242,00	0,10	1,09	0,75	0,03	167,64	307,05	26,16	3,06
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,44	5,96	23,63	166,00	0,07	2,34	0,00	0,05	216,45	162,00	25,20	0,15
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	0,02	0,00	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	0,05	0,00	0,46	0,00	6,60	46,80	13,20	0,88
	Итого		26,38	33,57	45,87	590,30	0,24	3,51	1,31	0,13	480,69	621,25	72,52	4,77
Обед														
67	Винегрет овощной	100	1,60	10,13	8,08	130,00	0,03	11,10	4,53	0,00	25,35	45,02	19,43	0,78
28	Рассольник ленинградский со сметаной	255	2,32	4,11	20,45	120,00	0,10	7,78	0,23	0,00	24,06	78,90	26,94	1,02
12	Тефтели	80	9,55	11,51	9,60	180,00	0,05	2,41	3,59	0,00	12,01	97,84	18,24	0,84
16	Макаронные изделия отварные с овощами	150	3,24	7,58	18,87	150,00	0,04	2,43	0,47	0,00	11,35	39,02	18,99	0,69
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	1,50
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,98	24,64	135,20	0,15	0,00	1,45	0,00	21,45	151,32	42,90	2,86
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	Итого		23,88	34,61	122,08	885,20	0,41	24,22	10,27	0,00	127,62	458,70	139,50	8,56
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день		50,26	68,18	167,95	1475,50	0,65	27,73	11,58	0,13	608,31	1079,95	212,02	13,33
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		108,79	143,84	83,56	104,65	89,72	77,03	193,00	30,95	92,17	109,09	141,35	185,14

Дети 6-10 лет

День 3

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
34	Плов с мясом птицы	150	12,84	12,04	24,30	257,00	0,03	2,40	1,69	0,01	6,35	100,61	24,01	1,38
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	20	0,16	0,02	0,32	2,60	0,01	1,00	0,02	0,00	4,60	4,80	2,80	0,12
20	Чай с молоком	200	3,74	4,19	22,11	140,00	0,05	1,74	0,00	0,04	158,95	121,12	20,40	0,54
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	0,02	0,00	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	0,05	0,00	0,46	0,00	6,60	46,80	13,20	0,88
	Итого		19,32	16,48	63,70	481,20	0,16	5,14	2,17	0,05	180,10	291,73	64,41	3,50
Обед														
1	Кукуруза консервированная отварная	60	1,32	0,24	6,72	35,00	0,01	2,88	0,00	0,00	25,20	24,60	7,80	0,00
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,62	3,89	9,20	92,00	0,04	5,97	0,21	0,00	29,88	49,50	22,63	1,05
51	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,73	4,96	43,73	105,00	0,08	4,38	2,18	0,01	38,00	164,48	44,51	0,86
7	Пюре картофельное	180	3,76	5,58	30,00	185,26	0,16	21,69	0,16	0,04	46,70	105,02	33,50	1,20
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Сочни или творожное печенье	60	5,58	15,60	5,58	228,53	0,05	0,24	2,29	0,00	49,02	86,89	24,36	0,53
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,98	24,64	135,20	0,15	0,00	1,45	0,00	21,45	151,32	42,90	2,86
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	Итого		29,68	31,75	153,51	932,99	0,54	39,16	6,29	0,05	229,65	609,41	181,70	10,17
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день		49,00	48,23	217,21	1414,19	0,69	44,30	8,46	0,10	409,75	901,14	246,11	13,67
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		106,06	101,75	108,06	100,30	96,25	123,06	141,00	23,81	62,08	91,02	164,07	189,86

Дети 6-10 лет														
День 4														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эп/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
9	Каша жидкая молочная из манной крупы	150	5,43	6,65	25,94	185,00	0,06	1,43	0,36	0,05	136,33	118,55	19,34	0,32
2	Какао с молоком	200	5,53	6,06	23,63	170,00	0,07	2,34	0,01	0,05	219,01	175,10	33,70	0,59
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	0,00	0,00	0,10	0,03	2,40	3,00	0,00	0,00
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	55	2,94	3,85	32,09	174,77	0,13	0,00	1,94	0,00	15,95	49,50	11,00	1,17
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	0,02	0,00	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	0,05	0,00	0,46	0,00	6,60	46,80	13,20	0,88
	Итого		16,56	23,94	98,75	676,07	0,33	3,77	2,87	0,13	383,89	411,35	81,24	3,54
Обед														
44	Зеленый горошек с луком репчатым	60	0,22	3,01	0,75	30,60	0,01	0,96	1,34	0,01	2,45	5,76	1,68	0,07
40	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,76	22,60	122,00	0,11	8,25	0,29	0,00	16,36	64,90	24,09	0,99
14	Котлеты, биточки, шницели куриные	80	13,07	6,68	6,31	142,00	0,04	0,00	0,36	0,02	21,92	57,96	13,07	1,17
48	Капуста тушеная	180	3,64	5,54	10,89	117,60	0,04	30,48	2,14	0,00	99,04	70,37	35,83	1,37
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,98	24,64	135,20	0,15	0,00	1,45	0,00	21,45	151,32	42,90	2,86
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	Итого		27,32	19,47	98,83	699,40	0,40	43,69	5,58	0,03	180,62	377,91	123,57	10,13
			Б	Ж	У	Эп/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день		43,88	43,41	197,58	1375,47	0,72	47,46	8,45	0,16	564,51	789,26	204,81	13,67
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		94,98	91,58	98,30	97,55	100,42	131,83	140,83	38,10	85,53	79,72	136,54	189,86

Дети 6-10 лет														
День 5														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
24	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,56	5,85	38,67	240,00	0,10	0,00	0,47	0,02	25,52	205,18	135,89	4,63
19	Колбаса (порциями) вареная или полукопченая	35	5,25	4,09	0,03	58,00	0,02	0,00	0,14	0,00	8,05	73,15	7,35	1,22
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	0,02	0,00	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	0,05	0,00	0,46	0,00	6,60	46,80	13,20	0,88
ГП	Сочни или творожное печенье	60	5,58	15,60	5,58	228,53	0,05	0,24	2,29	0,00	49,02	86,89	24,36	0,53
57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,95	4,12	2,20	0,46
	Итого		21,97	25,77	77,25	673,13	0,24	0,24	3,36	0,02	95,74	434,54	187,00	8,30
Обед														
27	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,82	4,62	46,80	0,02	5,76	1,26	0,00	19,20	18,00	7,80	0,48
5	Суп картофельный гороховый	250	5,32	2,84	22,20	131,00	0,20	5,87	0,22	0,00	31,11	89,65	36,24	2,04
29	Гуляш	100	8,59	12,76	3,01	162,00	0,01	0,92	2,25	0,00	11,34	95,99	14,01	1,40
65	Картофель отварной	180	3,76	5,58	17,42	165,00	0,16	21,69	0,17	0,03	46,71	105,02	33,50	1,20
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	1,50
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,98	24,64	135,20	0,15	0,00	1,45	0,00	21,45	151,32	42,90	2,86
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	Итого		25,56	25,28	112,33	810,00	0,58	34,74	5,35	0,03	163,21	506,58	147,45	10,35
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день		47,53	51,05	189,58	1483,13	0,81	34,98	8,71	0,05	258,95	941,12	334,45	18,65
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		102,88	107,70	94,32	105,19	112,92	97,17	145,17	11,90	39,23	95,06	222,97	259,03

Дети 6-10 лет														
День 6														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
26,43	Каша жидкая молочная рисовая (пшеничная)	200	6,25	8,28	34,83	245,33	0,07	1,91	0,16	0,07	178,40	178,00	35,56	0,43
2	Какао с молоком	200	5,53	6,06	23,63	170,00	0,07	2,34	0,01	0,05	219,01	175,10	33,70	0,59
6	Сыр (порциями)	12	1,36	2,76	0,31	36,00	0,00	0,08	0,00	0,02	84,00	84,00	3,96	0,10
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	0,02	0,00	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	0,05	0,00	0,46	0,00	6,60	46,80	13,20	0,88
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	160	0,64	0,64	15,68	75,20	0,05	16,00	0,32	0,00	25,60	17,66	14,40	3,52
	Итого		16,36	17,97	91,42	608,13	0,26	20,33	0,95	0,14	517,21	519,96	104,82	6,10
Обед														
45	Сельдь (порциями)	60	10,20	5,10	0,00	87,00	0,01	0,00	0,66	0,00	48,00	162,00	24,00	0,66
28	Рассольник ленинградский со сметаной	255	2,32	4,11	20,45	120,00	0,10	7,78	0,23	0,00	24,06	78,90	26,94	1,02
66,61	Жаркое по-домашнему (азу)	200	12,71	17,06	15,16	270,00	0,10	8,86	2,95	0,00	62,74	170,44	36,60	2,34
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,98	24,64	135,20	0,15	0,00	1,45	0,00	21,45	151,32	42,90	2,86
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	Итого		32,90	27,75	93,89	764,20	0,41	20,64	5,29	0,00	175,65	590,26	136,44	10,55
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день		49,26	45,72	185,31	1372,33	0,67	40,97	6,24	0,14	692,86	1110,22	241,26	16,65
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		106,62	96,46	92,19	97,33	92,50	113,81	104,00	33,33	104,98	112,14	160,84	231,25

Дети 6-10 лет														
День 7														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
1	Зеленый горошек (или кукуруза, фасоль) консервированные отварные	20	0,59	0,04	1,09	7,33	0,01	2,00	0,03	0,00	4,00	12,28	4,12	0,14
65	Картофель отварной	180	3,76	5,58	17,42	165,00	0,16	21,69	0,17	0,03	46,71	105,02	33,50	1,20
12	Тефтели	80	9,55	11,51	9,60	180,00	0,05	2,41	3,59	0,00	12,01	97,84	18,24	0,84
15	Соус сметанный с томатом	25	0,49	6,15	2,10	65,63	0,00	0,79	0,14	0,00	13,84	13,20	4,28	0,15
20	Чай с молоком	200	3,74	4,19	22,11	140,00	0,05	1,74	0,00	0,04	158,95	121,12	20,40	0,54
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	0,02	0,00	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	0,05	0,00	0,46	0,00	6,60	46,80	13,20	0,88
	Итого		20,71	27,70	69,29	639,56	0,34	28,63	4,39	0,07	245,71	414,66	97,74	4,33
Обед														
54	Морская капуста с яйцом	100	5,63	9,70	1,10	137,00	0,05	1,92	2,46	0,00	43,50	107,90	84,40	8,44
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255	1,91	3,97	8,14	85,00	0,05	18,65	0,20	0,00	39,42	51,56	22,63	0,81
34	Плов с мясом птицы	150	12,84	12,04	24,30	257,00	0,03	2,40	1,69	0,01	6,35	100,61	24,01	1,38
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	1,50
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,98	24,64	135,20	0,15	0,00	1,45	0,00	21,45	151,32	42,90	2,86
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	Итого		27,55	26,99	98,62	784,20	0,32	23,47	5,80	0,01	144,12	457,99	186,94	15,86
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день		48,26	54,69	167,91	1423,76	0,65	52,10	10,19	0,08	389,83	872,65	284,68	20,19
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		104,46	115,38	83,54	100,98	90,69	144,72	169,83	19,05	59,07	88,15	189,79	280,42

Дети 6-10 лет														
День 8														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
39	Омлет с колбасой или сосисками	200	16,80	17,92	5,35	246,00	0,11	1,13	0,65	0,03	172,10	307,80	29,90	3,12
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	35	1,87	2,45	20,42	111,21	0,09	0,00	1,23	0,00	10,15	31,50	7,00	0,74
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	0,00	0,00	0,10	0,03	2,40	3,00	0,00	0,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	0,02	0,00	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	0,05	0,00	0,46	0,00	6,60	46,80	13,20	0,88
30	Чай с сахаром и лимоном	200	0,14	0,03	16,15	67,00	0,00	2,05	0,01	0,00	4,95	5,22	2,80	0,49
	Итого		21,47	27,78	59,01	570,51	0,27	3,18	2,45	0,06	199,80	412,72	56,90	5,81
Обед														
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	0,96	7,80	0,01	3,00	0,06	0,00	13,80	14,40	8,40	0,36
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,62	3,89	9,20	92,00	0,04	5,97	0,21	0,00	29,88	49,50	22,63	1,05
47	Курица в соусе с томатом	80	10,47	12,93	2,89	146,67	0,03	2,12	0,37	0,01	20,61	53,51	14,37	0,95
11	Вермишель отварная	150	5,54	4,15	32,41	182,00	0,06	0,00	0,58	0,02	6,21	35,78	7,83	0,77
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Сочни или творожное печенье	60	5,58	15,60	5,58	228,53	0,05	0,24	2,29	0,00	49,02	86,89	24,36	0,53
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,98	24,64	135,20	0,15	0,00	1,45	0,00	21,45	151,32	42,90	2,86
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	Итого		31,36	38,11	109,32	944,20	0,39	15,33	4,96	0,03	160,37	419,00	126,49	10,19
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день		52,83	65,89	168,33	1514,71	0,65	18,51	7,41	0,09	360,17	831,72	183,39	16,00
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		114,35	139,01	83,75	107,43	90,69	51,42	123,50	21,43	54,57	84,01	122,26	222,22

Дети 6-10 лет

День 9

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
37	Макаронные изделия отварные с сыром	150	9,08	7,58	25,50	206,25	0,06	0,08	0,75	0,05	155,25	126,00	15,00	0,83
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	0,02	0,00	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	0,05	0,00	0,46	0,00	6,60	46,80	13,20	0,88
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	0,00	0,00	0,10	0,03	2,40	3,00	0,00	0,00
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,44	5,96	23,63	166,00	0,07	2,34	0,00	0,05	216,45	162,00	25,20	0,15
	Итого		17,18	20,92	66,22	518,55	0,20	2,42	1,31	0,13	384,30	356,20	57,40	2,44
Обед														
59,62	Икра морковная или маринад овощной	60	1,34	4,84	5,80	70,20	0,04	7,15	2,22	0,00	16,66	35,47	20,66	0,55
49,50	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	230/20	6,15	5,96	14,09	153,00	0,13	10,39	0,22	0,01	21,78	110,20	33,56	1,34
56	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	14,09	5,51	66,99	208,27	0,17	10,91	0,45	0,01	45,29	247,44	63,07	1,41
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,98	24,64	135,20	0,15	0,00	1,45	0,00	21,45	151,32	42,90	2,86
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	Итого		29,25	17,79	145,16	718,67	0,54	32,45	4,34	0,02	124,58	572,03	166,19	9,83
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день		46,43	38,71	211,38	1237,22	0,73	34,87	5,65	0,15	508,88	928,23	223,59	12,27
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		100,50	81,67	105,16	87,75	101,81	96,86	94,17	35,71	77,10	93,76	149,06	170,42

Дети 6-10 лет														
День 10														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
19	Колбаса (порциями) вареная или полукопченая	35	5,25	4,09	0,03	58,00	0,02	0,00	0,14	0,00	8,05	73,15	7,35	1,22
48	Капуста тушеная	180	3,64	5,54	10,89	117,60	0,04	30,48	2,14	0,00	99,04	70,37	35,83	1,37
ГП	Сочни или творожное печенье	60	5,58	15,60	5,58	228,53	0,05	0,24	2,29	0,00	49,02	86,89	24,36	0,53
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	0,02	0,00	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	0,05	0,00	0,46	0,00	6,60	46,80	13,20	0,88
20	Чай с молоком	200	3,74	4,19	22,11	140,00	0,05	1,74	0,00	0,04	158,95	121,12	20,40	0,54
	Итого		20,79	29,65	55,58	625,73	0,23	32,46	5,03	0,04	325,26	416,73	105,14	5,12
Обед														
1	Зеленый горошек (или кукуруза, фасоль) консервированные отварные	60	1,77	0,12	3,28	22,00	0,04	6,00	0,09	0,00	12,00	36,83	12,35	0,41
60	Суп с рыбными консервами	250	8,85	3,86	13,58	139,00	0,08	6,45	0,17	0,02	19,55	152,16	30,91	1,01
64,58	Оладьи из печени (или котлеты, биточки, шницели из говядины)	80	9,33	8,46	5,35	134,86	0,21	6,60	2,78	7,08	9,15	21,47	14,11	4,59
42	Соус сметанный	25	0,30	2,99	1,59	32,50	0,00	0,03	0,06	0,03	6,63	5,58	0,70	0,04
24	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,56	5,85	38,67	240,00	0,10	0,00	0,47	0,02	25,52	205,18	135,89	4,63
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	1,50
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,98	24,64	135,20	0,15	0,00	1,45	0,00	21,45	151,32	42,90	2,86
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	Итого		35,98	22,56	127,55	873,56	0,62	19,58	5,02	7,15	127,70	619,14	249,86	15,91
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день		56,77	52,21	183,13	1499,29	0,84	52,04	10,05	7,19	452,96	1035,87	355,00	21,03
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		122,88	110,15	91,11	106,33	117,08	144,56	167,50	1711,90	68,63	104,63	236,67	292,08

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 6-10 лет

	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
Итого за 10 дней	480,42	513,78	1894,59	14076,60	7,01	404,18	83,40	8,21	4798,30	9342,69	2494,14	160,66
Итого за 1 день	48,04	51,38	189,46	1407,66	0,70	40,42	8,34	0,82	479,83	934,27	249,41	16,07
Соотношение Б:Ж:У, Са:Р	1,00	1,07	3,94						1,00	1,95		
Суточная потребность	46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
Процент удовлетворения суточной потребности	103,99	108,39	94,26	99,83	97,35	112,27	139,00	195,48	72,70	94,37	166,28	223,14

Примечание: ГП - готовый продукт.

Распределение калорийности по приемам пищи				
дни	завтрак	%содер	обед	%содер
1	499,17	21,2	781,83	33,3
2	590,30	25,1	885,20	37,7
3	481,20	20,5	932,99	39,7
4	676,07	28,8	699,40	29,8
5	673,13	28,6	810,00	34,5
за 5 дней	2919,87	124,2	4109,42	174,9
ср.знач.	583,97		821,88	
6	608,13	25,9	764,20	32,5
7	639,56	27,2	784,20	33,4
8	570,51	24,3	944,20	40,2
9	518,55	22,1	718,67	30,6
10	625,73	26,6	873,56	37,2
за 5 дней	2962,48	126,1	4084,83	173,8
ср.знач.	592,50		816,97	

Расчет продуктов питания, в гр.

Дети 11 лет и старше

День 1

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, брутто	Овощи, зелень, брутто	Фрукты (плоды) свежие, брутто	Фрукты (плоды) сухие, липовник, брутто	Соли, брутто	День 1																		
												Мясо (жирное) 1 кг, брутто	Цыплята 1 категории потрошенные, брутто	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, брутто	Колбасные изделия, брутто	Молоко, брутто	К/М, брутто	Творог, брутто	Сыр, брутто	Сметана, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйца, брутто	Сахар, брутто	Кондит. изд., брутто	Чай, брутто	Какао, кофе, брутто	Дрожжи, брутто	Соль, брутто	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
53	Суп молочный с макаронными изделиями					16										186					1									
6	Сыр (порциями)																			16										
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								160																					
30	Чай с сахаром и лимоном								6																	18		0,50		
3	Масло сливочное (порциями)																					10								
ГП	Хлеб ржаной		30																											
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30																												
	Итого	30	30	0	0	16	0	0	166	0	0	0	0	0	0	186	0	0	16	0	11	0	0	20	0	0,50	0	0	0	0
Обед																														
27	Икра кабачковая (промышленного производства)							102																						
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной						41	94													5	4								
23	Котлеты или биточки рыбные	36												83		31														
15	Соус сметанный с томатом			2,5				10,3													8	2,6								
52	Рис отварной с овощами				35			141																						
25	Сок										200											11								
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	116	40	2,5	35	0	41	347,3	0	0	200	0	0	83	0	31	0	0	0	13	17,6	6	7	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день	146	70	2,5	35	16	41	347,3	166	0	200	0	0	83	0	217	0	0	16	13	28,6	6	7	20	0	0,50	0	0	4,2	
	Итого за день	146	70	2,5	35	16	41	347,3	166	0	200	0	0	83	0	217	0	0	16	13	28,6	6	7	20	0	0,50	0	0	4,2	

Дети 11 лет и старше

День 2																															
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, брутто	Овощи, зелень, брутто	Фрукты (плоды) свежие, брутто	Фрукты (плоды) сушеные, шиповник, брутто	Соль, брутто	Мясо (жирное) кал, брутто	Целлюлоза клетчатка, погрешенная, брутто	Рыба (фило), в т.ч. сельдь, брутто	Колбасные изделия, брутто	Молоко, брутто	К/М, брутто	Творог, брутто	Сыр, брутто	Сметана, брутто	Масло слив., брутто	Масло растит., брутто	Яйца, брутто	Сахар, брутто	Кондит. изд., брутто	Чай, брутто	Какао, кофе, брутто	Дрожжи, брутто	Соль, брутто		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Завтрак																															
3	Масло сливочное (порциями)																				10										
6	Сыр (порциями)																		16												
18	Омлет натуральный															84					3,5		120								
2	Кофейный напиток с молоком															180								15			2				
ГП	Хлеб ржаной		30																												
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30																													
	Итого	30	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	264	0	0	16	0	13,5	0	120	15	0	0,00	2	0	0	0	
Обед																															
67	Винегрет овощной						29	92,6														10									
28	Рассольник псинградский со сметаной				5		100	44,5												5	4										
12	Тфтели			5	12			36				70										10									
16	Макаронные изделия отварные с овощами					30		152													11										
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника									25														15							
ГП	Хлеб пшеничный	80																													
ГП	Хлеб ржаной		40																												
	Итого	80	40	5	17	30	129	325,1	0	25	0	70	0	0	0	0	0	0	0	5	15	20	0	15	0	0,00	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																														4,2
	Итого за день	110	70	5	17	30	129	325,1	0	25	0	70	0	0	0	264	0	0	16	5	28,5	20	120	30	0	0,00	2	0	0	4,2	

Дети 11 лет и старше

День 3

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, грунто	Хлеб ржаной, грунто	Мука пшеничная, грунто	Крупы, бобы, бобовые, грунто	Макаронные изделия, грунто	Картофель, грунто	Овощи, зелень, грунто	Фрукты (плоды) свежие, грунто	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, грунто	Соя, грунто	Мясо (жированое) 1 кг, грунто	Цеплята 1 категории потрошенные, грунто	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, грунто	Колбасные изделия, грунто	Молоко, грунто	К/м, грунто	Творог, грунто	Сыр, грунто	Сметана, грунто	Масло слив., грунто	Масло растит., грунто	Яйца, грунто	Сахар, грунто	Кондит. мат., грунто	Чай, грунто	Какао, кофе, грунто	Дрожжи, грунто	Соль, грунто	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
34	Плов с мясом птицы				47			32					111									7								
20	Чай с молоком															130								18		0,50				
4	Овощи натуральные свежие (или соленные)							21																						
ГП	Хлеб ржаной		30																											
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30																												
	Итого	30	30	0	47	0	0	53	0	0	0	0	111	0	0	130	0	0	0	0	0	7	0	18	0	0,50	0	0	0	0
Обед																														
1	Кукуруза консервированная отварная							167																						
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной						26	109												5	4			2						
51	Рыба, тушеная в томате с овощами							59						76								6		2,4						
7	Пюре картофельное						205									28					6									
25	Сок										200																			
ГП	Сочни или творожное печенье																					60								
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	80	40	0	0	0	231	335	0	0	200	0	0	76	0	28	0	60	0	5	10	6	0	4,4	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																													4,2
	Итого за день	110	70	0	47	0	231	388	0	0	200	0	111	76	0	158	0	60	0	5	10	13	0	22,4	0	0,50	0	0	4,2	

Дети 11 лет и старше

		День 4																																		
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, бруttö	Хлеб ржаной, бруttö	Мука пшеничная, бруttö	Крупы, Бобовые, бруttö	Макаронные изделия, бруttö	Картофель, бруttö	Овощи, зелень, бруttö	Фрукты (плоды) свежие, бруttö	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, бруttö	Соки, бруttö	Мясо (живоупалные) 1 кат, бруttö	Цыпленок 1 категории, порционные, бруttö	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, бруttö	Колбасные изделия, бруttö	Молоко, бруttö	К/м, бруttö	Творог, бруttö	Сыр, бруttö	Сметана, бруttö	Масло слив., бруttö	Масло растит., бруttö	Яйцо, бруttö	Сахар, бруttö	Кондит. изд., бруttö	Чай, бруttö	Какао, коф. нап., бруttö	Дрожжи, бруttö	Соль, бруttö							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30							
Завтрак																																				
9	Каша жидкая молочная из манной крупы				30											147																				
2	Какао с молоком															180					5				6											
3	Масло сливочное (порциями)																				10															
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																									55										
ГП	Хлеб ржаной		30																																	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30																																		
	Итого	30	30	0	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	327	0	0	0	0	15	0	0	21	55	0,00	2	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																				
44	Зеленый горошек с луком репчатым							146																												
40	Суп картофельный с макаронными изделиями					10	100	24,5													4															
14	Котлеты, биточки, шницели курные	19											154								8															
48	Капуста тушеная			2,5				277,5																												
25	Сок										200																									
ГП	Хлеб пшеничный	80																																		
ГП	Хлеб ржаной		40																																	
	Итого	99	40	2,5	0	10	100	448	0	0	200	0	154	0	0	0	0	0	0	0	12	11	0	1	0	0,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																																		4,2	
	Итого за день	129	70	2,5	30	10	100	448	0	0	200	0	154	0	0	327	0	0	0	0	27	11	0	22	55	0,00	2	0	0	0	0	0	0	4,2		

Дети 11 лет и старше

День 5

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, бруttö	Хлеб ржаной, бруttö	Мука пшеничная, бруttö	Крупы, бобовые, бруttö	Макаронные изделия, бруttö	Картофель, бруttö	Овощи, зелень, бруttö	Фрукты (ягоды) свежие, бруttö	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, бруttö	Соки, бруttö	День 5																		
												Мясо (жирное) кг, бруttö	Цыпленок 1 категории додрoщенные, бруttö	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, бруttö	Кислые изделия, бруttö	Молоко, бруttö	Крем, бруttö	Творог, бруttö	Сыр, бруttö	Сметана, бруttö	Масло слив., бруttö	Масло растит., бруttö	Яйца, бруttö	Сахар, бруttö	Кондитерские изделия, бруttö	Чай, бруttö	Какао, кофе, бруttö	Дрожжи, бруttö	Соль, бруttö	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
24	Капша гречневая рассыпчатая				83																6									
19	Колбаса (порциями) вареная или полукопченая														56															
ГП	Хлеб ржаной		30																											
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30																												
ГП	Сочья или творожное печенье																													
57	Чай с сахаром																													
	Итого	30	30	0	83	0	0	0	0	0	0	0	0	0	56	0	0	60	0	0	6	0	0	18	0	0,50	0	0	0	0
Обед																														
27	Икра кабачковая (промышленного производства)							102																						
5	Суп картофельный гороховый				20		67	31														4								
29	Гуляш			2				20				87																		
65	Картофель отварной							238													10									
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника									25																				
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	80	40	2	20	0	305	153	0	25	0	87	0	0	0	0	0	0	0	0	10	9	0	15	0	0,00	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																													4,2
	Итого за день	110	70	2	103	0	305	153	0	25	0	87	0	0	56	0	0	60	0	0	16	9	0	33	0	0,50	0	0	4,2	

Дети 11 лет и старше

День 6

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, бруttö	Хлеб ржаной, бруttö	Мука пшеничная, бруttö	Крупы, бобовые, бруttö	Макаронные изделия, бруttö	Картофель, бруttö	Овощи, зелень, бруttö	Фрукты (плоды) свежие, бруttö	Фрукты (плоды) сушеные, шиповник, бруttö	Соки, бруttö	Мясо (жирное) I кат, бруttö	Цыпленок I категории потрошеный, бруttö	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, бруttö	Колбасные изделия, бруttö	Молоко, бруttö	КМ, бруttö	Творог, бруttö	Сыр, бруttö	Сметана, бруttö	Масло слив., бруttö	Масло растит., бруttö	Яйца, бруttö	Сахар, бруttö	Кондит. изд., бруttö	Чай, бруttö	Какао, кофе, напиток, бруttö	Дрожжи, бруttö	Соль, бруttö	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
26,43	Каша жидкая молочная рисовая (пшеничная)				30											147				6				5						
2	Какао с молоком															180								15			2			
6	Сыр (лорциями)																		16											
ГП	Хлеб ржаной		30																											
ГП	Хлеб пшеничный или багет	30																												
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								160																					
	Итого	30	30	0	30	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	327	0	0	16	0	6	0	0	20	0	0,00	2	0	0	0
Обед																														
45	Сельдь (порциями)													103																
28	Рассольник ленинградский со сметаной				5		100	44,5											5	4										
66,61	Жаркое по-домашнему (азу)						133	25				113										7								
25	Сок										200																			
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	80	40	0	5	0	233	69,5	0	0	200	113	0	103	0	0	0	0	0	5	4	7	0	0	0	0,00	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																													4,2
	Итого за день	110	70	0	35	0	233	69,5	160	0	200	113	0	103	0	327	0	0	16	5	10	7	0	20	0	0,00	2	0	4,2	

Дети 11 лет и старше

Дет. 7

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, брутто	Овощи, зелень, брутто	Фрукты (плоды) свежие, брутто	Фрукты (плоды) сушеные, шиповник, брутто	Соев. брутто	Мясо (жированное) 1 кг, брутто	Цыплята 1 категории потрошенные, брутто	Рыба (рыба), в т.ч. сельдь, брутто	Колбасные изделия, брутто	Молоко, брутто	К/м, брутто	Творог, брутто	Сыр, брутто	Сметана, брутто	Масло слив., брутто	Масло растит., брутто	Яйца, брутто	Салат, брутто	Кондит. изд., брутто	Чай, брутто	Какао, кофе, брутто	Дрожжи, брутто	Соль, брутто
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
I	Зеленый горошек (или кукуруза, фасоль) консервированные отварные							31																					
65	Картофель отварной						238														10								
12	Тертые			5	12			36				70										10							
15	Соус сметанный с томатом			2,5				10,3												8	2,6								
20	Чай с молоком															130								18	0,50				
ГП	Хлеб ржаной		30																										
ГК	Хлеб пшеничный или батон	30																											
	Итого	30	30	7,5	12	0	238	77,3	0	0	0	70	0	0	0	130	0	0	0	8	12,6	10	0	18	0	0,5	0	0	0
Обед																													
54	Морская капуста с яйцом							56														5	40						
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной						41	94											5	4									
34	Плов с мясом птицы				47			32					111									7							
17	Компот из сухофруктов или напитков из плодов шиповника									25														15					
ГП	Хлеб пшеничный	80																											
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	80	40	0	47	0	41	182	0	25	0	0	111	0	0	0	0	0	0	5	4	12	40	15	0	0,00	0	0	0
	Норма соли на весь день																												4,2
	Итого за день	110	70	7,5	59	0	279	259,3	0	25	0	70	111	0	0	130	0	0	0	13	16,6	22	40	33	0	0,50	0	0	4,2

Дети 11 лет и старше

№ ТК	Наименование блюда	День 8																												
		Хлеб пшеничный, грунто	Хлеб ржаной, грунто	Мука пшеничная, грунто	Крупы, бобовые, грунто	Макаронные изделия, грунто	Картофель, грунто	Овощи, зелень, грунто	Фрукты (плоды) свежие, грунто	Фрукты (плоды) сухие, джемы, грунто	Соки, грунто	Мясо (жированное) и жир, грунто	Цыпленок I категории потрошенные, грунто	Раба (филе), в т.ч. сельдь, грунто	Колбасные изделия, грунто	Молоко, грунто	Крем, грунто	Творог, грунто	Сыр, грунто	Сметана, грунто	Масло слив., грунто	Масло растит., грунто	Яйца, грунто	Сахар, грунто	Кондит. изд., грунто	Чай, грунто	Какао, кофе, напиток, грунто	Дрожжи, грунто	Соль, грунто	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
39	Омлет с колбасой или сосисками														31	100					5			80						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																								35					
30	Чай с сахаром и лимоном								6																					
3	Масло сливочное (порциями)																				10									
ГП	Хлеб ржаной		30																											
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30																												
	Итого	30	30	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	31	100	0	0	0	0	15	0	80	18	35	0,50	0	0	0	
Обед																														
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)							102																						
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной						26	109												5	4			2						
47	Курица в соусе с томатом			1,3				23,5					95							4	8									
11	Вермишель отварная						61														6									
25	Сок									200																				
ГП	Сочник или творожное печенье																	60												
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	80	40	1,3	0	61	26	234,5	0	0	200	0	95	0	0	0	0	60	0	9	18	0	0	2	0	0,00	0	0	0	
	Норма соли на весь день																												4,2	
	Итого за день	110	70	1,3	0	61	26	234,5	6	0	200	0	95	0	31	100	0	60	0	9	33	0	80	20	35	0,50	0	0	4,2	

Дети 11 лет и старше

День 9

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, грунто	Хлеб ржаной, грунто	Мука пшеничная, грунто	Крупы, бобовые, грунто	Макаронные изделия, грунто	Картофель, грунто	Овощи, зелень, грунто	Фрукты (плоды) свежие, грунто	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, грунто	Соки, грунто	Мясо (жирное) 1 кат, грунто	Цельная 1 категории потрошенные, грунто	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, грунто	Колбасные изделия, грунто	Молоко, грунто	К/М, грунто	Творог, грунто	Сыр, грунто	Сметана, грунто	Масло слив., грунто	Масло растит., грунто	Яйцо, грунто	Сахар, грунто	Кондит. изд., грунто	Чай, грунто	Какао, кофе, грунто	Дрожжи, грунто	Соль, грунто	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
37	Макаронные изделия отварные с сыром					61													22	5										
ГП	Хлеб ржаной		30																											
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30																												
2	Кофейный напиток с молоком															180								15			2			
3	Мясо сливочное (порциями)																				10									
	Итого	30	30	0	0	61	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	22	0	15	0	0	15	0	0	2	0	0	
Обед																														
59,62	Икра морковная или маринованная овощной							141														8		1,2						
49,50	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины						122	25				25									4		2							
56,25	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	2		3			116	15,8						101								6								
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	82	40	3	0	0	238	181,8	0	0	200	25	0	101	0	0	0	0	0	0	4	14	2	1,2	0	0,00	0	0	0	
	Норма соли на весь день																												4,2	
	Итого за день	112	70	3	0	61	238	181,8	0	0	200	25	0	101	0	180	0	0	22	0	19	14	2	16,2	0	0,00	2	0	4,2	

Дети 11 лет и старше																													
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, бруttö	Хлеб ржаной, бруttö	Мука пшеничная, бруttö	Крупы, бобовые, бруttö	Макаронные изделия, бруttö	Картофель, бруttö	Овощи, зелень, бруttö	Фрукты (плоды) свежие, бруttö	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, бруttö	Соки, бруttö	День 10																	
												Масло (жированное) 1, кг, бруttö	Цыпленок 1 категории потрошеный, бруttö	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, бруttö	Колбасные изделия, бруttö	Молоко, бруttö	Крем, бруttö	Творог, бруttö	Сыр, бруttö	Сметана, бруttö	Масло слив., бруttö	Масло растит., бруttö	Яйцо, бруttö	Сахар, бруttö	Кондит.изд., бруttö	Чай, бруttö	Какао, коф. нап., бруttö	Дрожжи, бруttö	Соль, бруttö
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
19	Колбаса (порциями) вареная или полукопченая														56														
48	Капуста тушеная			2,5				277,5													6			1					
ГП	Сочни или творожное печенье																		60										
ГП	Хлеб ржаной		30																										
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30																											
20	Чай с молоком															130								18		0,50			
	Итого	30	30	2,5	0	0	0	277,5	0	0	0	0	0	0	56	130	0	60	0	0	0	6	0	19	0	0,50	0	0	0
Обед																													
1	Зеленый горошек (или кукуруза, фасоль) консервированные отварные							154																					
60	Суп с рыбными консервами				5		75	24,5						45								4							
64,58	Оладьи из пшена (или котлеты, биточки, паницыли из говядины)	16										120									4	6							
42	Соус сметанный			1,3																8	1,3								
24	Каша гречневая рассыпчатая				83																6								
17	Компот из сухофруктов или напитков из плодов шиповника									25														15					
ГП	Хлеб пшеничный	80																											
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	96	40	1,3	88	0	75	178,5	0	25	0	120	0	45	0	0	0	0	0	8	11,3	10	0	15	0	0,00	0	0	0
	Норма соли на весь день																												4,2
	Итого за день	126	70	3,8	88	0	75	456	0	25	0	120	0	45	56	130	0	60	0	8	11,3	16	0	34	0	0,50	0	0	4,2

		Средние показатели продуктов питания за 10 дней на одного ребенка, в т.ч. дети с 11 лет и старше	
Итого за 10 дней	3	Хлеб пшеничный, брутто	117,3
	4	Хлеб ржаной, брутто	70,0
	5	Мука пшеничная, брутто	27,6
	6	Крупы, бабовые, брутто	41,4
	7	Макаронные изделия, брутто	17,8
	8	Картофель, брутто	165,7
	9	Овощи, зелень, брутто	286,3
	10	Фрукты (ягоды) свежие, брутто	33,2
	11	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, брутто	10,0
	12	Соки, брутто	120,0
	13	Мясо (жированное) I кат, брутто	48,5
	14	Цыплята I категории потрошенные, брутто	47,1
	15	Рыба (филе), в т.ч. сельдь, брутто	40,8
	16	Колбасные изделия, брутто	14,3
	17	Молоко, брутто	183,3
	18	К/м, брутто	0,0
	19	Творог, брутто	24,0
	20	Сыр, брутто	7,0
	21	Сметана, брутто	5,8
	22	Масло слив., брутто	20,0
	23	Масло растит., брутто	11,8
	24	Яйцо, брутто	24,9
	25	Сахар, брутто	250,6
	26	Кондит.мзл., брутто	9,0
	27	Чай, брутто	0,3
	28	Какао, коф. нап., брутто	8
	29	Дрожжи, брутто	0
	30	Соль, брутто	4,2

Дети 11 лет и старше

День 1

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
53	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,85	7,47	20,33	174,67	0,09	1,21	0,23	0,05	227,53	182,65	28,69	0,36
6	Сыр (порциями)	15	3,07	3,45	0,38	45,00	0,00	0,08	0,00	0,23	105,00	105,00	4,95	0,13
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	160	0,64	0,64	15,68	75,20	0,05	16,00	0,32	0,00	25,60	17,66	14,40	3,52
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	0,00	0,00	0,10	0,03	2,40	3,00	0,00	0,00
30	Чай с сахаром и лимоном	200	0,14	0,03	18,14	75,00	0,00	2,05	0,01	0,00	5,01	5,22	2,80	0,49
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	1,16
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40	0,08	0,00	0,69	0,00	9,90	70,20	19,80	1,32
	Итого		14,65	19,09	80,12	556,97	0,25	19,34	1,35	0,31	380,84	411,33	76,64	6,98
Обед														
27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,20	4,70	7,70	78,00	0,03	9,60	2,10	0,00	32,00	30,00	13,00	0,80
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255	1,91	3,97	8,14	85,00	0,05	18,65	0,20	0,00	39,42	51,56	22,63	0,81
23	Котлеты или биточки рыбные	120	16,75	7,98	68,20	196,80	0,13	0,54	3,35	0,04	120,37	271,72	56,10	1,09
15	Соус сметанный с томатом	25	0,49	6,15	2,10	65,63	0,00	0,79	0,14	0,00	13,84	13,20	4,28	0,15
52	Рис отварной с овощами	180	3,11	9,20	21,66	199,20	0,02	2,78	0,31	0,00	4,61	62,38	24,92	0,68
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40	0,22	0,00	1,78	0,00	26,40	187,20	52,80	3,52
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00	0,04	0,00	0,00	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16
	Итого		32,82	32,72	178,00	963,03	0,51	36,36	7,88	0,04	257,84	652,86	181,73	11,01
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день		47,47	51,81	258,12	1520,00	0,76	55,70	9,23	0,35	638,68	1064,19	258,37	17,99
	Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1627,80	0,84	42,00	7,20	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		87,91	93,86	112,32	93,38	90,48	132,62	128,19	64,81	88,71	98,54	143,54	176,37

Дети 11 лет и старше

День 2

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	0,00	0,00	0,10	0,03	2,40	3,00	0,00	0,00
6	Сыр (порциями)	15	3,07	3,45	0,38	45,00	0,00	0,08	0,00	0,23	105,00	105,00	4,95	0,13
18	Омлет натуральный	200	16,92	17,47	4,84	242,00	0,10	1,09	0,75	0,03	167,64	307,05	26,16	3,06
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,44	5,96	23,63	166,00	0,07	2,34	0,00	0,05	216,45	162,00	25,20	0,15
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	1,16
ГП	Хлеб пшеничный или багет	30	2,40	0,05	12,03	62,40	0,08	0,00	0,69	0,00	9,90	70,20	19,80	1,32
	Итого		29,38	34,38	54,44	640,10	0,28	3,51	1,54	0,34	506,79	674,85	82,11	5,82
Обед														
67	Винегрет овощной	100	1,60	10,13	8,08	130,00	0,03	11,10	4,53	0,00	25,35	45,02	19,43	0,78
28	Рассольник ленинградский со сметаной	255	2,32	4,11	20,45	120,00	0,10	7,78	0,23	0,00	24,06	78,90	26,94	1,02
12	Тефтели	100	11,93	14,38	12,00	225,00	0,07	3,02	4,48	0,00	15,02	122,30	22,80	1,05
16	Макаронные изделия отварные с овощами	180	3,89	9,09	22,65	180,00	0,05	2,91	0,57	0,00	13,62	46,83	22,79	0,83
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	1,50
ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40	0,22	0,00	1,78	0,00	26,40	187,20	52,80	3,52
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00	0,04	0,00	0,00	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16
	Итого		28,60	38,23	140,18	1011,40	0,52	25,31	11,59	0,00	139,65	536,05	159,76	9,86
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день		57,98	72,61	194,62	1651,50	0,80	28,82	13,13	0,34	646,44	1210,90	241,87	15,68
	Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1627,80	0,84	42,00	7,20	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		107,37	131,54	84,69	101,46	95,24	68,62	182,36	62,96	89,78	112,12	134,37	153,73

Дети 11 лет и старше														
День 3														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
34	Плов с мясом птицы	200	17,12	16,05	32,40	342,67	0,04	3,20	2,25	0,01	8,47	134,15	32,01	1,84
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	20	0,16	0,02	0,32	2,60	0,01	1,00	0,02	0,00	4,60	4,80	2,80	0,12
20	Чай с молоком	200	3,74	4,19	24,10	148,00	0,05	1,74	0,00	0,04	159,01	121,12	20,40	0,54
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	1,16
ГЦ	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40	0,08	0,00	0,69	0,00	9,90	70,20	19,80	1,32
	Итого		24,89	20,61	82,29	615,67	0,21	5,94	2,96	0,05	187,38	357,87	81,01	4,98
Обед														
1	Кукуруза консервированная отварная	100	2,20	0,40	11,20	58,33	0,02	4,80	0,00	0,00	42,00	41,00	13,00	0,00
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,62	3,89	9,20	92,00	0,04	5,97	0,21	0,00	29,88	49,50	22,63	1,05
51	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	11,68	5,95	52,48	126,00	0,08	5,26	2,62	0,02	45,60	197,38	53,42	1,03
7	Пюре картофельное	180	3,76	5,58	30,00	185,26	0,16	21,69	0,16	0,04	46,70	105,02	33,50	1,20
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Сочни или творожное печенье	60	5,58	15,60	5,58	228,53	0,05	0,24	2,29	0,00	49,02	86,89	24,36	0,53
ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40	0,22	0,00	1,78	0,00	26,40	187,20	52,80	3,52
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00	0,04	0,00	0,00	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16
	Итого		34,20	32,14	178,66	1028,52	0,63	41,96	7,06	0,06	260,80	703,79	207,71	11,29
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день		59,09	52,75	260,95	1644,19	0,84	47,90	10,02	0,11	448,18	1061,66	288,72	16,27
	Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1627,80	0,84	42,00	7,20	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		109,43	95,56	113,56	101,01	100,00	114,05	139,17	20,37	62,25	98,30	160,40	159,51

Дети 11 лет и старше

День 4

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
9	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	7,24	8,87	34,59	246,67	0,08	1,91	0,48	0,07	181,77	158,07	25,79	0,43
2	Какао с молоком	200	5,53	6,06	23,63	170,00	0,07	2,34	0,01	0,05	219,01	175,10	33,70	0,59
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	0,00	0,00	0,10	0,03	2,40	3,00	0,00	0,00
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	55	2,94	3,85	32,09	174,77	0,13	0,00	1,94	0,00	15,95	49,50	11,00	1,17
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	1,16
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40	0,08	0,00	0,69	0,00	9,90	70,20	19,80	1,32
	Итого		19,66	26,28	115,90	778,54	0,39	4,25	3,22	0,15	434,43	483,47	96,29	4,67
Обед														
44	Зеленый горошек с луком репчатым	100	0,36	5,01	1,25	51,00	0,01	1,60	2,24	0,02	4,08	9,60	2,80	0,12
40	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,76	22,60	122,00	0,11	8,25	0,29	0,00	16,36	64,90	24,09	0,99
14	Котлеты, биточки, шницели куриные	100	16,34	8,35	7,89	177,50	0,05	0,00	0,45	0,03	27,40	72,45	16,34	1,47
48	Капуста тушеная	180	3,64	5,54	10,89	117,60	0,04	30,48	2,14	0,00	99,04	70,37	35,83	1,37
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40	0,22	0,00	1,78	0,00	26,40	187,20	52,80	3,52
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00	0,04	0,00	0,00	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16
	Итого		32,42	22,38	112,83	806,50	0,49	44,33	6,90	0,05	194,48	441,32	139,86	11,43
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день		52,08	48,66	228,73	1585,04	0,88	48,58	10,12	0,20	628,91	924,79	236,15	16,10
	Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1627,80	0,84	42,00	7,20	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		96,44	88,15	99,53	97,37	104,76	115,67	140,56	37,04	87,35	85,63	131,19	157,84

Дети 11 лет и старше														
День 5														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	аяя	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
24	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,30	7,03	46,52	289,00	0,12	0,00	0,56	0,02	28,50	246,36	163,33	5,55
19	Колбаса (порциями) вареная или полукопченая	55	8,25	6,42	0,04	91,15	0,03	0,00	0,22	0,00	12,65	114,95	11,55	1,91
57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	17,99	73,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,01	4,12	2,20	0,46
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	1,16
ГП	Сочни или творожное печенье	60	5,58	15,60	5,58	228,53	0,05	0,24	2,29	0,00	49,02	86,89	24,36	0,53
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40	0,08	0,00	0,69	0,00	9,90	70,20	19,80	1,32
	Итого		28,00	29,40	95,60	804,08	0,31	0,24	3,76	0,02	108,48	550,12	227,24	10,93
Обед														
27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,20	4,70	7,70	78,00	0,03	9,60	2,10	0,00	32,00	30,00	13,00	0,80
5	Суп картофельный гороховый	250	5,32	2,84	22,20	131,00	0,20	5,87	0,22	0,00	31,11	89,65	36,24	2,04
29	Гуляш	100	8,59	12,76	3,01	162,00	0,01	0,92	2,25	0,00	11,34	95,99	14,01	1,40
65	Картофель отварной	180	3,76	5,58	17,42	165,00	0,16	21,69	0,17	0,03	46,71	105,02	33,50	1,20
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	1,50
ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40	0,22	0,00	1,78	0,00	26,40	187,20	52,80	3,52
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00	0,04	0,00	0,00	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16
	Итого		27,73	26,40	127,33	892,40	0,67	38,58	6,52	0,03	182,76	563,66	164,55	11,62
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день		55,73	55,80	222,93	1696,48	0,98	38,82	10,28	0,05	291,24	1113,78	391,79	22,55
	Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1627,80	0,84	42,00	7,20	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		103,20	101,09	97,01	104,22	116,67	92,43	142,78	9,26	40,45	103,13	217,66	221,08

День 6														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
26,43	Каша жидкая молочная рисовая (пшенная)	200	6,25	8,28	34,83	245,33	0,07	1,91	0,16	0,07	178,40	178,00	35,56	0,43
2	Какао с молоком	200	5,53	6,06	23,63	170,00	0,07	2,34	0,01	0,05	219,01	175,10	33,70	0,59
6	Сыр (порциями)	15	3,07	3,45	0,38	45,00	0,00	0,08	0,00	0,23	105,00	105,00	4,95	0,13
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	1,16
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40	0,08	0,00	0,69	0,00	9,90	70,20	19,80	1,32
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	160	0,64	0,64	15,68	75,20	0,05	16,00	0,32	0,00	25,60	17,66	14,40	3,52
	Итого		19,36	18,78	99,99	657,93	0,30	20,33	1,18	0,35	543,31	573,56	114,41	7,15
Обед														
45	Сельдь (порциями)	100	17,00	8,50	0,00	145,00	0,02	0,00	1,10	0,00	80,00	270,00	40,00	1,10
28	Рассольник ленинградский со сметаной	255	2,32	4,11	20,45	120,00	0,10	7,78	0,23	0,00	24,06	78,90	26,94	1,02
66,61	Жаркое по-домашнему (азу)	200	12,71	17,06	15,16	270,00	0,10	8,86	2,95	0,00	62,74	170,44	36,60	2,34
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40	0,22	0,00	1,78	0,00	26,40	187,20	52,80	3,52
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00	0,04	0,00	0,00	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16
	Итого		41,39	30,39	105,81	873,40	0,50	20,64	6,06	0,00	214,40	743,34	164,34	11,94
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день		60,75	49,17	205,80	1531,33	0,80	40,97	7,24	0,35	757,71	1316,90	278,75	19,09
	Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1627,80	0,84	42,00	7,20	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		112,50	89,08	89,56	94,07	95,24	97,55	100,56	64,81	105,24	121,94	154,86	187,16

Дети 11 лет и старше

День 7

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
1	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	20	0,59	0,04	1,09	7,33	0,01	2,00	0,03	0,00	4,00	12,28	4,12	0,14
65	Картофель отварной	180	3,76	5,58	17,42	165,00	0,16	21,69	0,17	0,03	46,71	105,02	33,50	1,20
12	Тфтели	100	11,93	14,38	12,00	225,00	0,07	3,02	4,48	0,00	15,02	122,30	22,80	1,05
15	Соус сметанный с томатом	25	0,49	6,15	2,10	65,63	0,00	0,79	0,14	0,00	13,84	13,20	4,28	0,15
20	Чай с молоком	200	3,74	4,19	24,10	148,00	0,05	1,74	0,00	0,04	159,01	121,12	20,40	0,54
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	1,16
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40	0,08	0,00	0,69	0,00	9,90	70,20	19,80	1,32
	Итого		24,38	30,69	82,18	733,36	0,40	29,24	5,51	0,07	253,88	471,72	110,90	5,56
Обед														
54	Морская капуста с яйцом	100	5,63	9,70	1,10	137,00	0,05	1,92	2,46	0,00	43,50	107,90	84,40	8,44
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255	1,91	3,97	8,14	85,00	0,05	18,65	0,20	0,00	39,42	51,56	22,63	0,81
34	Плов с мясом птицы	200	17,12	16,05	32,40	342,67	0,04	3,20	2,25	0,01	8,47	134,15	32,01	1,84
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	1,50
ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40	0,22	0,00	1,78	0,00	26,40	187,20	52,80	3,52
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00	0,04	0,00	0,00	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16
	Итого		33,52	30,24	118,64	921,07	0,41	24,27	6,69	0,01	152,99	536,61	206,84	17,27
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день		57,90	60,93	200,82	1654,43	0,81	53,51	12,20	0,08	406,87	1008,33	317,74	22,83
	Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1627,80	0,84	42,00	7,20	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		107,22	110,38	87,39	101,64	96,43	127,40	169,44	14,81	56,51	93,36	176,52	223,82

Дети 11 лет и старше														
День 8														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
39	Омлет с колбасой или сосисками	200	16,80	17,92	5,35	246,00	0,11	1,13	0,65	0,03	172,10	307,80	29,90	3,12
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	35	1,87	2,45	20,42	111,21	0,09	0,00	1,23	0,00	10,15	31,50	7,00	0,74
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	0,00	0,00	0,10	0,03	2,40	3,00	0,00	0,00
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	1,16
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40	0,08	0,00	0,69	0,00	9,90	70,20	19,80	1,32
30	Чай с сахаром и лимоном	200	0,14	0,03	18,14	75,00	0,00	2,05	0,01	0,00	5,01	5,22	2,80	0,49
	Итого		22,76	27,90	69,50	619,31	0,31	3,18	2,68	0,06	204,96	445,32	65,50	6,83
Обед														
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,60	13,00	0,02	5,00	0,10	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,62	3,89	9,20	92,00	0,04	5,97	0,21	0,00	29,88	49,50	22,63	1,05
47	Курица в соусе с томатом	100	13,09	16,16	3,61	183,34	0,04	2,65	0,46	0,01	25,76	66,89	17,96	1,19
11	Вермишель отварная	180	6,65	4,98	38,89	218,40	0,07	0,00	0,70	0,02	7,45	42,94	9,40	0,92
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Сочни или творожное печенье	60	5,58	15,60	5,58	228,53	0,05	0,24	2,29	0,00	49,02	86,89	24,36	0,53
ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40	0,22	0,00	1,78	0,00	26,40	187,20	52,80	3,52
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00	0,04	0,00	0,00	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16
	Итого		37,10	41,45	129,08	1073,67	0,50	17,86	5,54	0,03	182,71	494,22	149,15	11,77
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день		59,86	69,35	198,58	1692,98	0,81	21,04	8,22	0,09	387,67	939,54	214,65	18,60
	Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1627,80	0,84	42,00	7,20	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		110,85	125,63	86,41	104,00	96,43	50,10	114,17	16,67	53,84	86,99	119,25	182,35

Дети 11 лет и старше

День 9

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
37	Макаронные изделия отварные с сыром	200	12,10	10,10	34,00	275,00	0,08	0,10	1,00	0,07	207,00	168,00	20,00	1,10
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	1,16
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40	0,08	0,00	0,69	0,00	9,90	70,20	19,80	1,32
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,44	5,96	23,63	166,00	0,07	2,34	0,00	0,05	216,45	162,00	25,20	0,15
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,15	0,12	64,70	0,00	0,00	0,10	0,03	2,40	3,00	0,00	0,00
	Итого		21,49	23,56	83,22	628,10	0,26	2,44	1,79	0,15	441,15	430,80	71,00	3,73
Обед														
59,62	Икра морковная или маринад овощной	100	2,23	8,06	9,66	117,00	0,07	11,92	3,70	0,00	27,76	59,12	34,44	0,92
49,50	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	230/20	6,15	5,96	14,09	153,00	0,13	10,39	0,22	0,01	21,78	110,20	33,56	1,34
56	Рыба, запеченная с картофелем порусски	200	14,09	5,51	66,99	208,27	0,17	10,91	0,45	0,01	45,29	247,44	63,07	1,41
25	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80
ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40	0,22	0,00	1,78	0,00	26,40	187,20	52,80	3,52
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00	0,04	0,00	0,00	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16
	Итого		31,83	20,25	160,94	816,67	0,65	37,22	6,15	0,02	142,43	640,76	191,87	11,15
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день		53,32	43,81	244,16	1444,77	0,91	39,66	7,94	0,17	583,58	1071,56	262,87	14,88
	Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1627,80	0,84	42,00	7,20	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		98,74	79,37	106,25	88,76	108,33	94,43	110,28	31,48	81,05	99,22	146,04	145,88

Дети 11 лет и старше

День 10

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
19	Колбаса (порциями) вареная или полукопченная	55	8,25	6,42	0,04	91,15	0,03	0,00	0,22	0,00	12,65	114,95	11,55	1,91
48	Капуста тушеная	180	3,64	5,54	10,89	117,60	0,04	30,48	2,14	0,00	99,04	70,37	35,83	1,37
ГП	Сочни или творожное печенье	60	5,58	15,60	5,58	228,53	0,05	0,24	2,29	0,00	49,02	86,89	24,36	0,53
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	1,16
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40	0,08	0,00	0,69	0,00	9,90	70,20	19,80	1,32
20	Чай с молоком	200	3,74	4,19	24,10	148,00	0,05	1,74	0,00	0,04	159,01	121,12	20,40	0,54
	Итого		25,08	32,10	66,08	707,68	0,28	32,46	5,34	0,04	335,02	491,13	117,94	6,83
Обед														
1	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	100	2,95	0,20	5,47	36,67	0,07	10,00	0,15	0,00	20,00	61,38	20,58	0,68
60	Суп с рыбными консервами	250	8,85	3,86	13,58	139,00	0,08	6,45	0,17	0,02	19,55	152,16	30,91	1,01
64,58	Оладьи из печени (или котлеты, биточки, шницели из говядины)	100	11,67	10,58	6,69	168,66	0,27	8,25	3,48	8,85	11,44	26,84	17,64	5,74
42	Соус сметанный	25	0,30	2,99	1,59	32,50	0,00	0,03	0,06	0,03	6,63	5,58	0,70	0,04
24	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,30	7,03	46,52	289,00	0,12	0,00	0,56	0,02	28,50	246,36	163,33	5,55
17	Компот из сухофруктов или напиток из плодов шиповника	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	1,50
ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40	0,22	0,00	1,78	0,00	26,40	187,20	52,80	3,52
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00	0,04	0,00	0,00	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16
	Итого		42,93	25,18	150,85	1022,23	0,81	25,23	6,20	8,92	147,72	735,32	300,96	19,20
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день		68,01	57,28	216,93	1729,91	1,09	57,69	11,54	8,96	482,74	1226,45	418,90	26,03
	Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1627,80	0,84	42,00	7,20	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		125,94	103,77	94,40	106,27	129,76	137,36	160,28	1659,26	67,05	113,56	232,72	255,20

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 11 лет и старше												
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
Итого за 10 дней	572,19	562,17	2231,64	16150,63	8,68	432,69	99,92	10,70	5272,02	10938,10	2909,81	190,02
Итого за 1 дней	57,22	56,22	223,16	1615,06	0,87	43,27	9,99	1,07	527,20	1093,81	290,98	19,00
Соотношение Б:Ж:У, Са:Р	1,00	0,98	3,90						1,00	2,07		
Суточная потребность	54,00	55,20	229,80	1627,80	0,84	42,00	7,20	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20
Процент удовлетворения суточной потребности	105,96	101,84	97,11	99,22	103,33	103,02	138,78	198,15	73,22	101,28	161,66	186,29

Примечание: ГП - готовый продукт.

Распределение калорийности по приемам пищи				
дни	завтрак	%содер	обед	%содер
1	556,97	20,5	963,03	35,5
2	640,10	23,6	1011,40	37,3
3	615,67	22,7	1028,52	37,9
4	778,54	28,7	806,50	29,7
5	804,08	29,6	892,40	32,9
за 5 дней	3395,36	125,2	4701,85	173,3
ср.знач.	679,07	25,0	940,37	34,7
6	657,93	24,3	873,40	32,2
7	733,36	27,0	921,07	34,0
8	619,31	22,8	1073,67	39,6
9	628,10	23,2	816,67	30,1
10	707,68	26,1	1022,23	37,7
за 5 дней	3346,38	123,3	4707,04	173,5
ср.знач.	669,28	24,7	941,41	34,7

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД
К РАЗРАБОТАННОМУ ПРИМЕРНОМУ ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ С 6-18 ЛЕТ**

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 1

Наименование кулинарного изделия (блюда): зеленый горошек (или кукуруза, фасоль) консервированные отварные

Номер рецептуры: 131

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Горошек зеленый консервированный	92/31	92/31	9,2/3,1	9,2/1
Кукуруза (или фасоль) консервированная	100//33	100/33	10,0/3,3	10,0/3,3
Масса отварного зеленого горошка (или кукурузы) без жидкой части		60/20		6,0/2,0
Выход		60/20		6,0/2,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет) 60 гр.

Белки (г):	1,77	Ca (мг):	12
Жиры (г):	0,12	Mg (мг):	12,35
Углеводы (г):	3,28	Fe (мг):	0,41
Эн. ценность (ккал)	22	C (мг):	6

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет) 20 гр.

Белки (г):	0,59	Ca (мг):	4,0
Жиры (г):	0,04	Mg (мг):	4,12
Углеводы (г):	1,09	Fe (мг):	0,14
Эн. ценность (ккал)	7,33	C (мг):	2,0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Горошек зеленый консервированный	154/31	154/31	15,4/3,1	15,43,1
Кукуруза (или фасоль) консервированная	167/33	167/33	16,7/3,3	16,7/3,3
Масса отварного зеленого горошка (или кукурузы) без жидкой части		100/20		10,0/2,0
Выход		100/20		10,0/2,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше) 100 гр.

Белки (г):	2,95	Ca (мг):	20
Жиры (г):	0,2	Mg (мг):	20,58
Углеводы (г):	5,47	Fe (мг):	0,68
Эн. ценность (ккал)	36,67	C (мг):	10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше) 20 гр.

Белки (г):	0,59	Ca (мг):	4,0
Жиры (г):	0,04	Mg (мг):	4,12
Углеводы (г):	1,09	Fe (мг):	0,14
Эн. ценность (ккал)	7,33	C (мг):	2,0

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Горошек зеленый консервированный (или кукурузу) прокипятить в собственном соку с момента закипания в течение 5 минут, охладить и подать.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: горошек (или кукуруза) уложена горкой.

Консистенция: мягкая.

Цвет: зеленый – горошка, желтый - кукурузы.

Вкус: горошка (или кукурузы) отварной.

Запах: горошка (или кукурузы) отварной.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 2

Наименование кулинарного изделия (блюда): какао (или кофейный напиток) с молоком

Номер рецептуры: 379, 382

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Какао	2	2	0,2	0,2
Или кофейный напиток	2	2	0,2	0,2
Молоко	180	180	18,0	18,0
Вода	30	30	3,0	3,0
Сахар	15	15	1,5	1,5
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет) (какао с молоком)

Белки (г):	5,53	Ca (мг):	219,01
Жиры (г):	6,06	Mg (мг):	33,70
Углеводы (г):	23,63	Fe (мг):	0,59
Эн. ценность (ккал)	170	C (мг):	2,34

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет) (кофейный напиток с молоком)

Белки (г):	5,44	Ca (мг):	216,45
Жиры (г):	5,96	Mg (мг):	25,2
Углеводы (г):	23,63	Fe (мг):	0,15
Эн. ценность (ккал)	166	C (мг):	2,34

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Какао	2	2	0,2	0,2
Или кофейный напиток	2	2	0,2	0,2
Молоко	180	180	18,0	18,0

Вода	30	30	3,0	3,0
Сахар	15	15	1,5	1,5
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше) (какао с молоком)

Белки (г):	5,53	Ca (мг):	219,01
Жиры (г):	6,06	Mg (мг):	33,70
Углеводы (г):	23,63	Fe (мг):	0,59
Эн. ценность (ккал)	170	C (мг):	2,34

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше) (кофейный напиток с молоком)

Белки (г):	5,44	Ca (мг):	216,45
Жиры (г):	5,96	Mg (мг):	25,2
Углеводы (г):	23,63	Fe (мг):	0,15
Эн. ценность (ккал)	166	C (мг):	2,34

Технология приготовления какао с молоком

Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают до однородной массы, затем вливают при постоянном помешивании кипяченое горячее молоко и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75° С.

Технология приготовления кофейного напитка с молоком

При заваривании кофейный напиток кладут в соответствующую посуду, заливают кипятком, размешивают, доводят до кипения, кипятят 3-5 мин и дают отстояться в течение 5-8 мин. После этого готовый кофейный процеживают. Запрещается длительное кипячение кофейного напитка или многократное его подогревание. В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее молоко, сахар и доводят до кипения.

Температура подачи 75° С.

Требования к качеству какао с молоком

Внешний вид: жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-шоколадный.

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока.

Запах: свойственный какао.

Требования к качеству кофейного напитка с молоком

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока.

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 3

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
Выход		10		1,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	0,08	Ca (мг):	2,4
Жиры (г):	7,15	Mg (мг):	0
Углеводы (г):	0,12	Fe (мг):	0
Эн. ценность (ккал)	64,7	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
Выход		10		1,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	0,08	Ca (мг):	2,4
Жиры (г):	7,15	Mg (мг):	0
Углеводы (г):	0,12	Fe (мг):	0
Эн. ценность (ккал)	64,7	C (мг):	0

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) № 4

Наименование кулинарного изделия (блюда): овощи натуральные свежие (или соленые)

Номер рецептуры: 70,71

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Помидоры соленые	109/36	60/20	10,9/3,6	6,0/2,0
Или огурцы соленые	109/36	60/20	10,9/3,6	6,0/2,0
Или помидоры свежие	61/21	60/20	6,1/2,1	6,0/2,0
Или огурцы свежие	61/21	60/20	6,1/2,1	6,0/2,0
Выход		60/20		6,0/2,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет) 60 гр.

Белки (г):	0,48	Ca (мг):	13,8
Жиры (г):	0,06	Mg (мг):	8,4
Углеводы (г):	0,96	Fe (мг):	0,36
Эн. ценность (ккал)	7,8	C (мг):	3,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет) 20 гр.

Белки (г):	0,16	Ca (мг):	,6
Жиры (г):	0,02	Mg (мг):	2,8
Углеводы (г):	0,32	Fe (мг):	0,12
Эн. ценность (ккал)	2,6	C (мг):	1,0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Помидоры соленые	182/36	100/20	18,2/3,6	10,0/2,0
Или огурцы соленые	182/36	100/20	18,2/3,6	10,0/2,0
Или помидоры свежие	102/21	100/20	10,2/2,1	10,0/2,0
Или огурцы свежие	102/21	100/20	10,2/2,1	10,0/2,0
Выход		100/20		10,0/2,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше) 100 гр.

Белки (г):	0,8	Ca (мг):	23
Жиры (г):	0,1	Mg (мг):	14
Углеводы (г):	1,6	Fe (мг):	0,6
Эн. ценность (ккал)	13	C (мг):	5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше) 20 гр.

Белки (г):	0,16	Ca (мг):	,6
Жиры (г):	0,02	Mg (мг):	2,8
Углеводы (г):	0,32	Fe (мг):	0,12
Эн. ценность (ккал)	2,6	C (мг):	1,0

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Сырые овощи и зелень, предназначенные для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, рекомендуется выдерживать в 3%-ном растворе уксусной кислоты или в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой.

Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки. С 1 марта овощи натуральные свежие заменить на овощи натуральные соленые.

Соленые огурцы или помидоры промывают и удаляют место прикрепления плодоножки. Свежие огурцы и помидоры, промывают небольшими партиями. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском. У свежих помидоров вырезают место прикрепления. Нарезают дольками или используют в целом виде.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма сохранена.

Консистенция: огурцов - упругая, хрустящая; помидоров - мягкая.

Цвет: огурцов - зеленый, помидоров - красный.

Вкус: соленых или свежих огурцов или помидоров.

Запах: соленых или свежих огурцов или помидоров, приятный.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 5

Наименование кулинарного изделия (блюда): суп картофельный гороховый

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	67	50	6,7	5,0
С 1 ноября-31 декабря	72	50	7,2	5,0
С 1 января-28-29 февраля	78	50	7,8	5,0
С 1 марта	83	50	8,3	5,0
Горох лущеный	21	20	2,1	2,0
Морковь				
До 1 января	19	15	1,9	1,5
С 1 января	20	15	2,0	1,5
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Вода	169	169	16,9	16,9
Выход супа		250		25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	5,32	Ca (мг):	31,11
Жиры (г):	2,84	Mg (мг):	36,24
Углеводы (г):	22,2	Fe (мг):	2,04
Эн. ценность (ккал)	131	C (мг):	5,87

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	67	50	6,7	5,0
С 1 ноября-31 декабря	72	50	7,2	5,0
С 1 января-28-29 февраля	78	50	7,8	5,0
С 1 марта	83	50	8,3	5,0
Горох лущеный	21	20	2,1	2,0
Морковь				
До 1 января	19	15	1,9	1,5
С 1 января	20	15	2,0	1,5
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Вода	169	169	16,9	16,9
Выход супа		250		25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	5,32	Ca (мг):	31,11
Жиры (г):	2,84	Mg (мг):	36,24
Углеводы (г):	22,2	Fe (мг):	2,04
Эн. ценность (ккал)	131	C (мг):	5,87

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 корней и лука.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 6

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сыр твердых сортов	13	12	1,3	1,2
Выход		12		1,2

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	1,36	Ca (мг):	84
Жиры (г):	2,76	Mg (мг):	3,96
Углеводы (г):	0,31	Fe (мг):	0,10
Эн. ценность (ккал)	36	C (мг):	0,08

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сыр твердых сортов	16	15	1,6	1,5
Выход		15		1,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	3,07	Ca (мг):	105
Жиры (г):	3,45	Mg (мг):	4,95
Углеводы (г):	0,38	Fe (мг):	0,13
Эн. ценность (ккал)	45	C (мг):	0,08

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) № 7

Наименование кулинарного изделия (блюда): пюре картофельное

Номер рецептуры: 312

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	205	154	20,5	15,4
С 1 ноября-31 декабря	220	154	22,0	15,4
С 1 января-28-29 февраля	237	154	23,7	15,4
С 1 марта	257	154	25,7	15,4
Молоко	28	28	2,8	2,8
Молоко кипяченое		27		2,7
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Выход		180		18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	3,76	Ca (мг):	46,7
Жиры (г):	5,58	Mg (мг):	33,5
Углеводы (г):	30	Fe (мг):	1,2
Эн. ценность (ккал)	185,26	C (мг):	21,69

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	205	154	20,5	15,4
С 1 ноября-31 декабря	220	154	22,0	15,4
С 1 января-28-29 февраля	237	154	23,7	15,4
С 1 марта	257	154	25,7	15,4
Молоко	28	28	2,8	2,8
Молоко кипяченое		27		2,7
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Выход		180		18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	3,76	Ca (мг):	46,7
Жиры (г):	5,58	Mg (мг):	33,5
Углеводы (г):	30	Fe (мг):	1,2
Эн. ценность (ккал)	185,26	C (мг):	21,69

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) № 8

Наименование кулинарного изделия (блюда): молоко кипяченое

Номер рецептуры: 385

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	210	210	21,0	21,0
Масса молока кипяченого		200		20,0
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	5,6	Ca (мг):	240
Жиры (г):	6,4	Mg (мг):	28
Углеводы (г):	9,4	Fe (мг):	0,12
Эн. ценность (ккал)	116	C (мг):	1

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	210	210	21,0	21,0
Масса молока кипяченого		200		20,0
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	5,6	Ca (мг):	240
Жиры (г):	6,4	Mg (мг):	28
Углеводы (г):	9,4	Fe (мг):	0,12
Эн. ценность (ккал)	116	C (мг):	1

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Молоко кипятят в посуде, предназначенной для этих целей, а затем охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности.

Консистенция: жидкая.

Цвет: белый, с кремовым оттенком.

Вкус: характерный для кипяченого молока, сладковатый.

Запах: кипяченого молока, приятный.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 9

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша жидкая молочная из манной крупы

Номер рецептуры: 181

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа манная	23	23	2,3	2,3
Молоко	110	110	11,0	11,0
Вода	20	20	2,0	2,0
Сахар	5	5	0,5	0,5
Масса каши		146		14,6
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Выход		150		15,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	5,43	Ca (мг):	136,33
Жиры (г):	6,61	Mg (мг):	19,34
0,41 Углеводы (г):1,34	25,94	Fe (мг):	0,32
Эн. ценность (ккал)	185	C (мг):	1,43

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа манная	30	30	3,0	3,0
Молоко	147	147	14,7	14,7
Вода	27	27	2,7	2,7
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масса каши		195		19,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5

Выход		200		20,0
-------	--	-----	--	------

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	7,24	Ca (мг):	181,77
Жиры (г):	8,87	Mg (мг):	25,79
Углеводы (г):	34,59	Fe (мг):	0,43
Эн. ценность (ккал)	246,67	C (мг):	1,91

Технология приготовления

В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем тонкой струйкой всыпают подготовленную манную крупу при непрерывном помешивании и варят 20 мин.

Кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью разварившиеся, утратили форму.

Консистенция: жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной на поверхность каши, не тонет.

Цвет: белый или светло-кремовый.

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

Запах: манной каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 10

Наименование кулинарного изделия (блюда): свекольник со сметаной

Номер рецептуры: 131

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. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Свекла				
До 1 января	80	64	8,0	6,4
С 1 января	85	64	8,5	6,4
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	57	43	5,7	4,3
С 1 ноября-31 декабря	61	43	6,1	4,3
С 1 января-28-29 февраля	66	43	6,6	4,3
С 1 марта	72	43	7,2	4,3
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	12	11	1,2	1,1
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Сахар	2,5	2,5	0,25	0,25
Вода	200	200	20,0	20,0
Выход супа		250		25,0
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа со сметаной		255		25,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	2,22	Ca (мг):	39,97
Жиры (г):	4,39	Mg (мг):	31,04
Углеводы (г):	11,92	Fe (мг):	1,54
Эн. ценность (ккал)	116	C (мг):	9,58

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Свекла				
До 1 января	80	64	8,0	6,4
С 1 января	85	64	8,5	6,4
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	57	43	5,7	4,3
С 1 ноября-31 декабря	61	43	6,1	4,3
С 1 января-28-29 февраля	66	43	6,6	4,3
С 1 марта	72	43	7,2	4,3
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	12	11	1,2	1,1
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Сахар	2,5	2,5	0,25	0,25
Вода	200	200	20,0	20,0
Выход супа		250		25,0
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа со сметаной		255		25,5
Выход супа со сметаной		255		25,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	2,22	Ca (мг):	39,97
Жиры (г):	4,39	Mg (мг):	31,04
Углеводы (г):	11,92	Fe (мг):	1,54
Эн. ценность (ккал)	116	C (мг):	9,58

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, сахар, 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: кисло – сладкий, умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 11

Наименование кулинарного изделия (блюда): Вермишель отварная

Номер рецептуры: 203

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Вермишель	51	51	5,1	5,1
Вода	306	306	3,06	30,6
Масса отварной вермишели		145		14,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход		150		15,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	5,54	Ca (мг):	6,21
Жиры (г):	4,15	Mg (мг):	7,3
Углеводы (г):	32,41	Fe (мг):	0,77
Эн. ценность (ккал)	182	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Вермишель	61	61	6,1	6,1
Вода	366	366	36,6	36,6
Масса отварной вермишели		174		17,4
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Выход		180		18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	6,65	Ca (мг):	7,45
Жиры (г):	4,98	Mg (мг):	9,4
Углеводы (г):	38,89	Fe (мг):	0,92
Эн. ценность (ккал)	218,4	C (мг):	0

Технология приготовления

Вермишель варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли) без последующей промывки. Варят 10-12 мин без последующей промывки. При отпуске вермишель поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: вермишель уложена горкой, форма сохранена, легко отделяются друг от друга.

Консистенция: мягкая.

Цвет: белый или кремовый.

Вкус: свойственный отварной вермишели с маслом сливочным, умеренно соленый.

Запах: отварной вермишели в сочетании с маслом сливочным.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 12

Наименование кулинарного изделия (блюда): тефтели

Номер рецептуры: 279

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мясо жилованное	56	51	5,6	5,1
Вода	8	8	0,8	0,8
Крупа рисовая	7	7	0,7	0,7
Масса готового рассыпчатого риса		20		2,0
Лук репчатый	29	24	2,9	2,4
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Масса пассерованного лука		12		1,2
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
Масса полуфабриката		95		9,5
Масса готовых тефтелей		80		8,0
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Выход		80		8,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	9,55	Ca (мг):	12,01
Жиры (г):	11,51	Mg (мг):	18,24
Углеводы (г):	9,6	Fe (мг):	0,84
Эн. ценность (ккал)	180	C (мг):	2,41

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мясо жилованное	70	64	7,0	6,4
Вода	10	10	1,0	1,0
Крупа рисовая	9	9	0,9	0,9
Масса готового рассыпчатого риса		25		2,5
Лук репчатый	36	30	3,6	3,0
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Масса пассерованного лука		15		1,5
Мука пшеничная	5	5	0,5	0,5
Масса полуфабриката		119		11,9
Масса готовых тефтелей		100		10,0
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11-18 лет)

Белки (г):	11,93	Ca (мг):	15,02
Жиры (г):	14,38	Mg (мг):	22,8
Углеводы (г):	12,0	Fe (мг):	1,05
Эн. ценность (ккал)	225	C (мг):	3,02

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.

Тефтели можно подать с соусом сметанным с томатом ТК № 15 и без соуса.

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) № 13

Наименование кулинарного изделия (блюда): тефтели рыбные

Номер рецептуры: 239

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью:				
Рыба-филе	55	53	5,5	5,3
Хлеб пшеничный	8	8	0,8	0,8
Крупа рисовая	3	3	0,3	0,3
Молоко или вода	16	16	1,6	1,6
Лук репчатый	13	11	1,3	1,1
Мука пшеничная	6	6	0,6	0,6
Масса полуфабриката		94		9,4
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Масса тушеных тефтелей		80		8,0
Выход		80		8,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	9,7	Ca (мг):	44,51
Жиры (г):	4,38	Mg (мг):	34,58
Углеводы (г):	11,24	Fe (мг):	1,02
Эн. ценность (ккал)	124	C (мг):	0,71

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью:				
Рыба-филе	83	80	8,3	8,0
Хлеб пшеничный	12	12	1,2	1,2
Крупа рисовая	5	5	0,5	0,5
Молоко или вода	24	24	2,4	2,4
Лук репчатый	20	17	2,0	1,7
Мука пшеничная	9	9	0,9	0,9
Масса полуфабриката		141		14,1
Масло растительное	8	8	0,8	0,8
Масса тушеных тефтелей		120		12,0
Выход		120		12,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	14,81	Ca (мг):	66,77
Жиры (г):	6,57	Mg (мг):	51,87
Углеводы (г):	16,86	Fe (мг):	1,02
Эн. ценность (ккал)	186	C (мг):	1,07

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Яйца предварительно обрабатывают в соответствии с п 8.14 СанПиНа 2.4.5.2409-08.

Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

- I - обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды;
- II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств;
- III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Филе без кожи и костей нарезают на куски, пропускают два раза через мясорубку вместе с луком и размоченным в молоке хлебом. Рис вводят в готовую котлетную массу в охлажденном виде. В массу добавляют соль, хорошо вымешивают, формируют шарики, панируют в муке. Полуфабрикаты кладут на противень с маслом и доводят до готовности в жарочном шкафу, при температуре 250-270° С (20-25 мин).

Варка риса: подготовленную крупу всыпают в кипящую подсоленную воду (необходимо уменьшить количество жидкости на 15% от массы крупы, т.к. такое количество жидкости остается в крупе после промывания). Варят, периодически помешивая, при слабом кипении до загустения.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

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

Консистенция: в меру плотная.

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

Вкус: тушеной рыбы, умеренно соленый.

Запах: тушеной рыбы.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 14

Наименование кулинарного изделия (блюда): котлеты, биточки, шницели куриные

Номер рецептуры: 268

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Куры 1 категории				
Куры 1 кат. потрошенные	123	108	12,3	10,8
Мякоть птицы		59		5,9
Хлеб пшеничный	15	15	1,5	1,5
Вода	21	21	2,1	2,1
Мааса полуфабриката		91		9,1
Масса готовых биточков		80		8,0
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Выход		80		8,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	13,07	Ca (мг):	21,92
Жиры (г):	6,68	Mg (мг):	13,07
Углеводы (г):	6,31	Fe (мг):	1,17
Эн. ценность (ккал)	142	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Куры 1 категории				
Куры 1 кат. потрошенные	154	135	15,4	13,5
Мякоть птицы		74		7,4
Хлеб пшеничный	19	19	1,9	1,9
Вода	26	26	2,6	2,6
Мааса полуфабриката		114		11,4
Масса готовых биточков		100		10,0
Масло сливочное	8	8	0,8	0,8
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	16,34	Ca (мг):	27,4
Жиры (г):	8,35	Mg (мг):	16,34
Углеводы (г):	7,89	Fe (мг):	1,47
Эн. ценность (ккал)	177,5	C (мг):	0

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. 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) № 15

Наименование кулинарного изделия (блюда): соус сметанный с томатом

Номер рецептуры: 331

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сметана	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	2,5	2,5	0,25	0,25
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Вода или отвар	25	25	2,5	2,5
Масса белого соуса		25		2,5
Лук репчатый	4	3	0,4	0,3
Масло сливочное	0,6	0,6	0,06	0,06
Томатное пюре	1,3	1,3	0,13	0,13
Морковь				
До 1 января	5	4	0,5	0,4
С 1 января	5,3	4	0,53	0,4
Выход		25		2,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	0,49	Ca (мг):	13,84
Жиры (г):	6,15	Mg (мг):	4,28
Углеводы (г):	2,10	Fe (мг):	0,15
Эн. ценность (ккал)	65,63	C (мг):	0,79

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сметана	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	2,5	2,5	0,25	0,25
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Вода или отвар	25	25	2,5	2,5
Масса белого соуса		25		2,5
Лук репчатый	4	3	0,4	0,3
Масло сливочное	0,6	0,6	0,06	0,06
Томатное пюре	1,3	1,3	0,13	0,13
Морковь				
До 1 января	5	4	0,5	0,4
С 1 января	5,3	4	0,53	0,4
Выход		25		2,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	0,49	Ca (мг):	13,84
Жиры (г):	6,15	Mg (мг):	4,28
Углеводы (г):	2,10	Fe (мг):	0,15
Эн. ценность (ккал)	65,63	C (мг):	0,79

Технология приготовления

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.

Лук репчатый, морковь шинкуют, добавляют томатное пюре и пассеруют 5-7 мин, затем соединяют с соусом сметанным и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса с луком, морковью.

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: кремовый.

Вкус и запах: умеренно соленый, томатной пасты, лука и моркови.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 16

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

Номер рецептуры: 203

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Макаронные изделия	25	25	2,5	2,5
Вода	150	150	15,0	15,0
Масса отварных макаронных изделий		71		
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Масса отварных макаронных изделий с маслом		75		
Морковь				
До 1 января	108	86	10,8	8,6
С 1 января	114	86	11,4	8,6
Лук репчатый	19	16	1,9	1,6
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Масса пассерованных овощей		75		7,5
Выход		150		15,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	3,24	Ca (мг):	11,35
Жиры (г):	7,58	Mg (мг):	18,99
Углеводы (г):	18,87	Fe (мг):	0,69
Эн. ценность (ккал)	150	C (мг):	2,43

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Макаронные изделия	30	30	3,0	3,0
Вода	180	180	18,0	18,0
Масса отварных макаронных изделий		85		8,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Масса отварных макаронных изделий с маслом		90		9,0
Морковь				
До 1 января	129	103	12,9	10,3
С 1 января	137	103	13,7	10,3
Лук репчатый	23	19	2,3	1,9
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Масса пассерованных овощей		90		9,0
Выход		180		18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	3,89	Ca (мг):	13,62
Жиры (г):	9,09	Mg (мг):	22,79
Углеводы (г):	22,65	Fe (мг):	0,83
Эн. ценность (ккал)	180	C (мг):	2,91

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, лапшу 20-25 мин, вермишель 10-12 мин без последующей промывки. При отпуске макаронные изделия поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Морковь, лук репчатый мелко шинкуют, слегка пассеруют, перемешивают с отварными макаронными изделиями. Прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160° С.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: макароны уложены горкой, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, макароны с овощами уложены горкой.

Консистенция: мягкая.

Цвет: белый с оранжевыми вкраплениями моркови.

Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям в сочетании с овощами, умеренно соленый.

Запах: отварных макаронных изделий в сочетании с овощами.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 17

Наименование кулинарного изделия (блюда): компот из сухофруктов или напитков из плодов шиповника

Номер рецептуры: 508,519

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. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сухофрукты	25	25	2,5	2,5
Или шиповник	20	20	2,0	2,0
Сахар-песок	15	15	1,5	1,5
Вода	190	190	19,0	19,0
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет) компот из с/ф

Белки (г):	0,5	Ca (мг):	28
Жиры (г):	0	Mg (мг):	7
Углеводы (г):	27,0	Fe (мг):	1,5
Эн. ценность (ккал)	110,0	C (мг):	0,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет) напитков из плодов шиповника

Белки (г):	0,7	Ca (мг):	12,0
Жиры (г):	0,3	Mg (мг):	3,0
Углеводы (г):	22,8	Fe (мг):	1,5
Эн. ценность (ккал)	97	C (мг):	70,0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сухофрукты	25	25	2,5	2,5
Или шиповник	20	20	2,0	2,0

Сахар-песок	15	15	1,5	1,5
Вода	190	190	19,0	19,0
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше) компот из с/ф

Белки (г):	0,5	Ca (мг):	28
Жиры (г):	0	Mg (мг):	7
Углеводы (г):	27,0	Fe (мг):	1,5
Эн. ценность (ккал)	110,0	C (мг):	0,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше) напиток из плодов шиповника

Белки (г):	0,7	Ca (мг):	12,0
Жиры (г):	0,3	Mg (мг):	3,0
Углеводы (г):	22,8	Fe (мг):	1,5
Эн. ценность (ккал)	97	C (мг):	70,0

Технология приготовления компот из с/ф

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

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом сухофруктов.

Запах: сухофруктов.

Технология приготовления напитков из плодов шиповника

Плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают, для улучшения экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 минут. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: напиток налит в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: темно-красный.

Вкус: кисло-сладкий, с привкусом плодов шиповника.

Запах: шиповника.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 18

Наименование кулинарного изделия (блюда): омлет натуральный

Номер рецептуры: 210

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца	3 шт.	120	12,0	12,0
Молоко	84	84	8,4	8,4
Масса омлетной смеси		204		20,4
Масло сливочное	1,5	1,5	0,15	0,15
Масса готового омлета		198		19,8
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	16,92	Са (мг):	167,64
Жиры (г):	17,47	Mg (мг):	26,16
Углеводы (г):	4,84	Fe (мг):	3,05
Эн. ценность (ккал)	242	С (мг):	1,09

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца	3 шт.	120	12,0	12,0
Молоко	84	84	8,4	8,4
Масса омлетной смеси		204		20,4
Масло сливочное	1,5	1,5	0,15	0,15
Масса готового омлета		198		19,8
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети 11 лет и старше)

Белки (г):	16,92	Ca (мг):	167,64
Жиры (г):	17,47	Mg (мг):	26,16
Углеводы (г):	4,84	Fe (мг):	3,05
Эн. ценность (ккал)	242	C (мг):	1,09

Технология приготовления

Яйца предварительно обрабатывают в соответствии с п 8.14 СанПиН 2.4.5.2409-08.

Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

- I - обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды;
- II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств;
- III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Предварительно обработанные сырые яйца соединяют с молоком, солят, взбивают, процеживают, выливают на смазанный маслом противень слоем 2,5-3,0 см и готовят 8-10 минут при температуре жарочного шкафа 180-200° С. При отпуске поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность омлета полита сливочным маслом.

Консистенция: пышная, сочная.

Цвет: желтый.

Вкус: свежих вареных яиц, молока и сливочного масла.

Запах: свежих вареных яиц, молока и сливочного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 19

Наименование кулинарного изделия (блюда): колбаса (порциями) вареная или полукопченая

Номер рецептуры: 16

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Колбаса вареная	36	35	3,6	3,5
Или колбаса полукопченая	36	35	3,6	3,5
Выход		35		3,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	5,25	Ca (мг):	8,05
Жиры (г):	4,09	Mg (мг):	7,35
Углеводы (г):	0,03	Fe (мг):	1,22
Эн. ценность (ккал)	58	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Колбаса вареная	56	55	5,6	5,5
Или колбаса полукопченая	56	55	5,6	5,5
Выход		55		5,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	8,25	Ca (мг):	12,65
Жиры (г):	6,42	Mg (мг):	11,55
Углеводы (г):	0,04	Fe (мг):	1,91
Эн. ценность (ккал)	91,15	C (мг):	0

Технология приготовления

Колбасу вареную очищают от оболочки искусственной, кладут в кипящую воду, доводят до кипения и варят 5 мин после закипания. Колбасу охлаждают и нарезают порционно. Колбасу полукопченную удаляют от шпагата и оболочки, нарезают наискось порционно. Нарезают за 30-40 минут до отпуска и хранят на холоде не больше 1 часа.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: колбасные изделия уложены порциями.

Консистенция: упругие, плотные, сочные.

Цвет: светло - розовый.

Вкус: мясной, умеренно соленый.

Запах: свежих колбасных изделий.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 20

Наименование кулинарного изделия (блюда): чай с молоком

Номер рецептуры: 375, 378

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	55	55	5,5	5,5
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	16	16	1,6	1,6
Молоко	130	130	13,0	13,0
Вода	20	20	2,0	2,0
Выход с сахаром		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	3,74	Ca (мг):	158,95
Жиры (г):	4,19	Mg (мг):	20,4
Углеводы (г):	22,11	Fe (мг):	0,54
Эн. ценность (ккал)	140	C (мг):	1,74

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	55	55	5,5	5,5
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	18	18	1,8	1,8
Молоко	130	130	13,0	13,0
Вода	20	20	2,0	2,0
Выход с сахаром		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	3,74	Ca (мг):	159,01
Жиры (г):	4,19	Mg (мг):	20,4
Углеводы (г):	24,10	Fe (мг):	0,54
Эн. ценность (ккал)	148	C (мг):	1,74

Технология приготовления

К приготовленному чаю с сахаром добавляют 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: сладкий, с привкусом молока или сливок.

Запах: свойственный молоку и чаю или сливкам и чаю.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 21**Наименование кулинарного изделия (блюда):** суп молочный с крупой**Номер рецептуры:** 121**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /Под ред. М.П. Могильного и В. А. Тутельяна.- М.: ДеЛи принт, 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	184	184	18,4	18,4
Вода	27	27	2,7	2,7
Крупа рисовая, манная, пшеничная или др.	12	12	1,2	1,2
Масло сливочное	1,3	1,3	0,13	0,13
Сахар	2	2	0,2	0,2
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	5,88	Ca (мг):	204,36
Жиры (г):	6,89	Mg (мг):	28,59
Углеводы (г):	18,76	Fe (мг):	0,21
Эн. ценность (ккал)	160	C (мг):	1,19

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	184	184	18,4	18,4
Вода	27	27	2,7	2,7
Крупа рисовая, манная, пшеничная или др.	12	12	1,2	1,2
Масло сливочное	1,3	1,3	0,13	0,13
Сахар	2	2	0,2	0,2
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	5,88	Ca (мг):	204,36
Жиры (г):	6,89	Mg (мг):	28,59
Углеводы (г):	18,76	Fe (мг):	0,21
Эн. ценность (ккал)	160	C (мг):	1,19

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

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

Кукурузную, 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, сахар.

Манную крупу предварительно просеивают, всыпают тонкой струйкой в кипящую смесь молока и воды, кладут соль, сахар и варят 5-7 минут до готовности. 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: сладковатый, слабосоленый, с привкусом сливочного масла.

Запах: кипяченого молока, выражен аромат свежего масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 22

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Свекла				
До 1 января	50	40	5,0	4,0
С 1 января	53	40	5,3	4,0
Капуста свежая	25	20	2,5	2,0
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	26	20	2,6	2,0
С 1 ноября-31 декабря	28	20	2,8	2,0
С 1 января-28-29 февраля	30	20	3,0	2,0
С 1 марта	33	20	3,3	2,0
Морковь				
До 1 января	16	13	1,6	1,3
С 1 января	17	13	1,7	1,3
Лук репчатый	13	10	1,3	1,0
Томатное пюре	5	5	0,5	0,5
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Сахар	2	2	0,2	,2
Вода	200	200	20,0	20,0
Выход супа		250		25,0
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа со сметаной		255		25,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	1,62	Ca (мг):	29,88
Жиры (г):	3,89	Mg (мг):	22,63
Углеводы (г):	9,2	Fe (мг):	1,05
Эн. ценность (ккал)	92	C (мг):	5,97

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Свекла				
До 1 января	50	40	5,0	4,0
С 1 января	53	40	5,3	4,0
Капуста свежая	25	20	2,5	2,0
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	26	20	2,6	2,0
С 1 ноября-31 декабря	28	20	2,8	2,0
С 1 января-28-29 февраля	30	20	3,0	2,0
С 1 марта	33	20	3,3	2,0
Морковь				
До 1 января	16	13	1,6	1,3
С 1 января	17	13	1,7	1,3
Лук репчатый	13	10	1,3	1,0
Томатное пюре	5	5	0,5	0,5
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Сахар	2	2	0,2	,2
Вода	200	200	20,0	20,0
Выход супа		250		25,0
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа со сметаной		255		25,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	1,62	Ca (мг):	29,88
Жиры (г):	3,89	Mg (мг):	22,63
Углеводы (г):	9,2	Fe (мг):	1,05
Эн. ценность (ккал)	92	C (мг):	5,97

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, сахар, 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: кисло – сладкий, умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 23

Наименование кулинарного изделия (блюда): котлеты или биточки рыбные

Номер рецептуры: 234

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью:				
Рыба-филе	55	53	5,5	5,3
Хлеб пшеничный	15	15	1,5	1,5
Молоко или вода	21	21	2,1	2,1
Яйца	1/8 шт.	5	0,5	0,5
Сухари	9	9	0,9	0,9
Масса полуфабриката		93		9,3
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Масса жареных изделий		80		8,0
Выход		80		8,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	11,17	Ca (мг):	80,25
Жиры (г):	5,32	Mg (мг):	37,4
Углеводы (г):	45,46	Fe (мг):	0,73
Эн. ценность (ккал)	131,2	C (мг):	0,36

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью:				
Рыба-филе	83	79	8,3	7,9
Хлеб пшеничный	23	23	2,3	2,3
Молоко или вода	31	31	3,1	3,1
Яйца	1/6 шт.	7	0,7	0,7
Сухари	13	13	1,3	1,3
Масса полуфабриката		139		13,9
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Масса жареных изделий		120		12,0
Выход		120		12,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	16,75	Ca (мг):	120,37
Жиры (г):	7,98	Mg (мг):	56,1
Углеводы (г):	68,2	Fe (мг):	1,09
Эн. ценность (ккал)	196,8	C (мг):	0,54

Технология приготовления

Яйца предварительно обрабатывают в соответствии с п 8.14 СанПиН 2.4.5.2409-08.

Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

- I - обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды;
- II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств;
- III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Филе из рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке черствым пшеничным хлебом, яйцом, добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из

полученной рыбной котлетной массы формуют котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом или биточки - овально-приплюснутой формы, панируют в сухарях. Полуфабрикаты кладут на противень с маслом и доводят до готовности в жарочном шкафу, при температуре 250-270° С (20-25 мин).

Соус сметанный с томатом ТК № 15.

При отпуске котлеты гарнируют, подливают сбоку соус.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: котлеты - овально-приплюснутой формы с заостренным концом или биточки - овально-приплюснутой формы, аккуратно уложены, сбоку гарнир и соус.

Консистенция: сочная, рыхлая, однородная.

Цвет: корочки - золотистый, на разрезе - светло-серый.

Вкус: жареной рыбной котлетной массы, умеренно соленый.

Запах: приятный, рыбы и соуса.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 24

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша гречневая или пшенная рассыпчатая

Номер рецептуры: 171, 302

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа гречневая	69	69	6,9	6,9
Или крупа пшенная	59	59	5,9	5,9
Масса каши		145		14,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход с маслом		150		15,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	8,56	Ca (мг):	25,52
Жиры (г):	5,85	Mg (мг):	135,89
Углеводы (г):	38,67	Fe (мг):	4,63
Эн. ценность (ккал)	240	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа гречневая	83	83	8,3	8,3
Или крупа пшенная	70	70	7,0	7,0
Масса каши		174		17,4
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Выход с маслом		180		18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	10,3	Ca (мг):	28,5
Жиры (г):	7,03	Mg (мг):	163,33
Углеводы (г):	46,52	Fe (мг):	5,55
Эн. ценность (ккал)	289	C (мг):	0

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.

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Вкус: свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов соответствии с рецептурой.

Запах: свойственный данному виду крупы.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 25**Наименование кулинарного изделия (блюда): сок****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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Соки овощные, или фруктовые или ягодные	200	200	20,0	20,0
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	1,0	Ca (мг):	14,0
Жиры (г):	0,2	Mg (мг):	0
Углеводы (г):	20,2	Fe (мг):	2,8
Эн. ценность (ккал)	92	C (мг):	4,0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Соки овощные, или фруктовые или ягодные	200	200	20,0	20,0
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	1,0	Ca (мг):	14,0
Жиры (г):	0,2	Mg (мг):	0
Углеводы (г):	20,2	Fe (мг):	2,8
Эн. ценность (ккал)	92	C (мг):	4,0

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 14° 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) № 26

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша жидкая молочная рисовая

Номер рецептуры: 182

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	30	30	3,0	3,0
Молоко	147	147	14,7	14,7
Вода	27	27	2,7	2,7
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масса каши		195		19,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход с маслом		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	6,25	Ca (мг):	178,4
Жиры (г):	8,28	Mg (мг):	35,56
Углеводы (г):	34,83	Fe (мг):	0,43
Эн. ценность (ккал)	245,33	C (мг):	1,91

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	30	30	3,0	3,0
Молоко	147	147	14,7	14,7
Вода	27	27	2,7	2,7
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масса каши		195		19,5
Масло сливочное	3	5	0,3	0,5
Выход с маслом		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	6,25	Ca (мг):	178,4
Жиры (г):	8,28	Mg (мг):	35,56
Углеводы (г):	34,83	Fe (мг):	0,43
Эн. ценность (ккал)	245,33	C (мг):	1,91

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

В кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 мин. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности. Горячую кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

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

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный виду каши.

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

Запах: свойственный виду каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 27

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

Номер рецептуры: 121

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Икра кабачковая	61	60	6,1	6,0
Выход		60		6,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	0,72	Ca (мг):	19,2
Жиры (г):	2,82	Mg (мг):	7,8
Углеводы (г):	4,62	Fe (мг):	0,48
Эн. ценность (ккал)	46,8	C (мг):	5,76

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Икра кабачковая	102	100	10,2	10,0
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	1,2	Ca (мг):	32
Жиры (г):	4,7	Mg (мг):	13
Углеводы (г):	7,7	Fe (мг):	0,8
Эн. ценность (ккал)	78	C (мг):	9,6

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Икру промышленного производства порционируют непосредственно перед раздачей.

Температура подачи 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: икра уложена горкой.

Консистенция: мягкая.

Цвет: оранжевый.

Вкус: кабачков.

Запах: кабачков.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 28

Наименование кулинарного изделия (блюда): рассольник ленинградский со сметаной

Номер рецептуры: 96

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	100	75	10,0	7,5
С 1 ноября-31 декабря	107	75	10,7	7,5
С 1 января-28-29 февраля	116	75	11,6	7,5
С 1 марта	125	75	12,5	7,5
Крупа перловая	5	5	0,5	0,5
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,3	1,0
С 1 января	13,3	10	1,4	1,0
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Огурцы соленые	26	15	2,6	1,5
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Вода	188	188	18,8	18,8
Выход супа		250		25,0
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа со сметаной		255		25,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	2,32	Ca (мг):	24,06
Жиры (г):	4,11	Mg (мг):	26,94
Углеводы (г):	20,45	Fe (мг):	1,02
Эн. ценность (ккал)	120	C (мг):	7,78

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	100	75	10,0	7,5
С 1 ноября-31 декабря	107	75	10,7	7,5
С 1 января-28-29 февраля	116	75	11,6	7,5
С 1 марта	125	75	12,5	7,5
Крупа перловая	5	5	0,5	0,5
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,3	1,0
С 1 января	13,3	10	1,4	1,0
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Огурцы соленые	26	15	2,6	1,5
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Вода	188	188	18,8	18,8
Выход супа		250		25,0
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа со сметаной		255		25,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	2,32	Ca (мг):	24,06
Жиры (г):	4,11	Mg (мг):	26,94
Углеводы (г):	20,45	Fe (мг):	1,02
Эн. ценность (ккал)	120	C (мг):	7,78

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

В кипящую воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, доводят до кипения, а через 5-10 мин добавляют пассерованные овощи и припущенный огурцы. 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 рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель - брусочками, коренья - соломкой.

Консистенция: овощей, мяса - мягкая, сочная; огурцов – слегка хрустящая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус и запах: острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 29

Наименование кулинарного изделия (блюда): гуляш

Номер рецептуры: 260

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина I категории				
Мясо жилованное	87	79	8,7	7,9
Или мясо на кости	107	79	10,7	7,9
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Масса тушеного мяса		50		5,0
Масса соуса		50		5,0
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	8,59	Ca (мг):	11,34
Жиры (г):	12,76	Mg (мг):	14,01
Углеводы (г):	3,01	Fe (мг):	1,4
Эн. ценность (ккал)	162	C (мг):	0,92

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	87	79	8,7	7,9
Или мясо на кости	107	79	10,7	7,9
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Масса тушеного мяса		50		5,0
Масса соуса		50		5,0
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	8,59	Ca (мг):	11,34
Жиры (г):	12,76	Mg (мг):	14,01
Углеводы (г):	3,01	Fe (мг):	1,4
Эн. ценность (ккал)	162	C (мг):	0,92

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 250-30 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 - серый, соуса - светло-коричневый.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: мяса с ароматом овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 30

Наименование кулинарного изделия (блюда): чай с сахаром и лимоном

Номер рецептуры: 375, 377

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	55	55	5,5	5,5
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	16	16	1,6	1,6
Лимон свежий	6	5	0,6	0,5
Вода	145	145	14,5	14,5
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	0,14	Ca (мг):	4,95
Жиры (г):	0,03	Mg (мг):	2,8
Углеводы (г):	16,15	Fe (мг):	0,49
Эн. ценность (ккал)	67	C (мг):	2,05

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	55	55	5,5	5,5
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	18	18	1,8	1,8
Лимон свежий	6	5	0,6	0,5
Вода	145	145	14,5	14,5
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	0,14	Ca (мг):	5,01
Жиры (г):	0,03	Mg (мг):	2,8
Углеводы (г):	18,14	Fe (мг):	0,49
Эн. ценность (ккал)	75	C (мг):	2,05

Технология приготовления

Предварительно промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин.

Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром, непосредственно перед отпуском.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость - золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавают кружочек лимона.

Консистенция: однородная, сочная.

Цвет: золотисто-желтоватый.

Вкус: сладкий, с привкусом лимона.

Запах: свойственный чаю и лимона.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 31

Наименование кулинарного изделия (блюда): пудинг из творога с молоком сгущенным

Номер рецептуры: 318

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. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Творог	114	113	11,4	11,3
Яйца	¼ шт.	10	1,0	1,0
Сахар	11	11	1,1	1,1
Крупа рисовая	22	22	2,2	2,2
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Сметана	5	5	0,5	0,5
Масса полуфабриката		177		17,7
Масса готового пудинга		150		15,0
Молоко сгущенное	40	40	4,0	4,0
Выход с молоком сгущенным		150/40		150/40

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	25,17	Ca (мг):	297,92
Жиры (г):	19,24	Mg (мг):	46,7
Углеводы (г):	49,32	Fe (мг):	1,04
Эн. ценность (ккал)	488	C (мг):	0,55

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Творог	152	151	15,2	15,1
Яйца	1/3 шт.	13	1,3	1,3
Сахар	15	15	1,5	1,5
Крупа рисовая	29	29	2,9	2,9
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Сметана	7	7	0,7	0,7
Масса полуфабриката	7	7	0,7	0,7
Масса готового пудинга		200		20,0
Молоко сгущенное	40	40	4,0	4,0
Выход с молоком сгущенным		200/40		200/40

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	32,61	Ca (мг):	356,95
Жиры (г):	24,84	Mg (мг):	57,72
Углеводы (г):	58,48	Fe (мг):	1,35
Эн. ценность (ккал)	610	C (мг):	0,60

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Яйца предварительно обрабатывают в соответствии с п 8.14 СанПиНа 2.4.5.2409-08.

Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

- I - обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды;
- II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств;
- III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Рис, перебранный и промытый, закладывают в кипящую воду, варят до загустения, затем охлаждают. В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную рисовую вязкую кашу, часть размягченного сливочного масла, соль, все перемешивают и вводят взбитые белки. Массу выкладывают в формы, смазанные маслом слоем 3-4 см, поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу при температуре 220-280° С в течение 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки. Отпускают запеканку с молоком сгущенным.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки без трещин и подгорелых мест.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая.

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе - белый.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо.

Запах: слабовыраженный - творога.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 32

Наименование кулинарного изделия (блюда): бутерброд с джемом или повидлом

Номер рецептуры: 2

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Хлеб пшеничный или батон	30	30	3,0	3,0
Джем или повидло	8,3	8	8,3	0,8
Выход		38		3,8

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	2,32	Ca (мг):	6,96
Жиры (г):	0,24	Mg (мг):	4,92
Углеводы (г):	20,26	Fe (мг):	0,41
Эн. ценность (ккал)	91	C (мг):	0,01

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Хлеб пшеничный или батон	30	30	3,0	3,0
Джем или повидло	8,3	8	8,3	0,8
Выход		38		3,8

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	2,32	Ca (мг):	6,96
Жиры (г):	0,24	Mg (мг):	4,92
Углеводы (г):	20,26	Fe (мг):	0,41
Эн. ценность (ккал)	91	C (мг):	0,01

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Ломтики хлеба или батона намазывают джемом или повидлом.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба или повидла намазанные джемом или повидлом.

Консистенция: хлеба - мягкая, джема или повидла не растекающаяся.

Цвет: повидла или джем соответствует.

Вкус: джема или повидла в сочетании с хлебом или батоном.

Запах: джема или повидла в сочетании с хлебом или батоном.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 33

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

Номер рецептуры: 88

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста белокочанная свежая	63	50	6,3	5,0
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	41	30	4,1	3,0
С 1 ноября-31 декабря	43	30	4,3	3,0
С 1 января-28-29 февраля	47	30	4,7	3,0
С 1 марта	50	30	5,0	3,0
Морковь				
До 1 января	16	13	1,6	1,3
С 1 января	17	13	1,7	1,3
Лук репчатый	13	10	1,3	1,0
Томатное пюре	2	2	0,2	0,2
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Вода	200	200	20,0	20,0
Выход супа		250		25,0
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа сметаной		255		25,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	1,91	Ca (мг):	39,42
Жиры (г):	3,97	Mg (мг):	22,63
Углеводы (г):	8,14	Fe (мг):	0,81
Эн. ценность (ккал)	85	C (мг):	18,65

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста белокочанная свежая	63	50	6,3	5,0
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	41	30	4,1	3,0
С 1 ноября-31 декабря	43	30	4,3	3,0
С 1 января-28-29 февраля	47	30	4,7	3,0
С 1 марта	50	30	5,0	3,0
Морковь				
До 1 января	16	13	1,6	1,3
С 1 января	17	13	1,7	1,3
Лук репчатый	13	10	1,3	1,0
Томатное пюре	2	2	0,2	0,2
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Вода	200	200	20,0	20,0
Выход супа		250		25,0
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа сметаной		255		25,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	1,91	Ca (мг):	39,42
Жиры (г):	3,97	Mg (мг):	22,63
Углеводы (г):	8,14	Fe (мг):	0,81
Эн. ценность (ккал)	85	C (мг):	18,65

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 пашками,
— морковь, лук, картофель - дольками.

— *Консистенция:* капуста упругая, овощи мягкие, соблюдается соот-
— ношение 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) № 34

Наименование кулинарного изделия (блюда): плов с мясом 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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Куры 1 категории				
Куры 1 кат. потрошенные	83	72	8,3	7,2
Или куры 1 кат. п/п	104	72	10,4	7,2
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Лук репчатый	8	7	0,8	0,7
Морковь				
До 1 января	9	8	0,9	0,8
С 1 января	11	8	1,1	0,8
Томатное пюре	5	5	0,5	0,5
Крупа рисовая	35	35	3,5	3,5
Масса тушеной птицы		50		5,0
Масса готового риса с овощами		100		10,0
Выход		150		15,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	8,77	Ca (мг):	4,26
Жиры (г):	7,61	Mg (мг):	24,19
Углеводы (г):	30,15	Fe (мг):	1,01
Эн. ценность (ккал)	226	C (мг):	3,5

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Куры 1 категории				
Куры 1 кат. потрошенные	111	96	11,1	9,6
Или куры 1 кат. п/п	139	96	13,9	9,6
Масло растительное	7	7	0,7	0,7
Лук репчатый	11	9	1,1	0,9
Морковь				
До 1 января	14	11	1,4	1,1
С 1 января	15	11	1,5	1,1
Томатное пюре	7	7	0,7	0,7
Крупа рисовая	47	47	4,7	4,7
Масса тушеной птицы		67		6,7
Масса готового риса с овощами		133		13,3
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	17,12	Ca (мг):	8,47
Жиры (г):	16,05	Mg (мг):	32,01
Углеводы (г):	32,4	Fe (мг):	1,84
Эн. ценность (ккал)	342,67	C (мг):	3,2

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.

При отпуске на рассыпчатую кашу кладут мясо птицы, поливают соусом в котором оно тушилось.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки мяса птицы, рис рассыпчатый.

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) № 35

Наименование кулинарного изделия (блюда): компот из свежих фруктов

Номер рецептуры: 342

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яблоки свежие	45,4	40	4,54	4,0
Или груши свежие	44,4	40	4,44	4,0
Сахар-песок	15	15	1,5	1,5
Вода	162	162	16,2	16,2
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	0,16	Ca (мг):	6,85
Жиры (г):	0,16	Mg (мг):	3,60
Углеводы (г):	18,89	Fe (мг):	0,92
Эн. ценность (ккал)	79	C (мг):	4,0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яблоки свежие	45,4	40	4,54	4,0
Или груши свежие	44,4	40	4,44	4,0
Сахар-песок	15	15	1,5	1,5
Вода	162	162	16,2	16,2
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	0,16	Ca (мг):	6,85
Жиры (г):	0,16	Mg (мг):	3,60
Углеводы (г):	18,89	Fe (мг):	0,92
Эн. ценность (ккал)	79	C (мг):	4,0

Технология приготовления

Яблоки (или груши) моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Варят при слабом кипении более 5-6 минут.

Для сахарного сиропа: в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают.

Готовый компот охлаждают, разливают в стаканы.

Витаминизированные блюда не подогреваются.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: фрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом яблок или груш.

Запах: яблок или груш.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 36

Наименование кулинарного изделия (блюда): булочка домашняя

Номер рецептуры: 424

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мука пшеничная высшего сорта	35	35	3,5	3,5
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	1,5	1,5	0,15	0,15
Сахар-песок	7	7	0,7	0,7
Яйцо	1/13 шт.	3	0,3	0,3
Сахар-песок (для отделки)	1,5	1,5	0,15	0,15
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Яйцо (для смазки)	1/27 шт.	1,5	0,15	0,15
Дрожжи прессованные	1	1	0,1	0,1
Вода или молоко	15	15	1,5	1,5
Масло растительное для смазки листа	1,5	1,5	0,15	0,15
Выход		55		5,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	4,72	Ca (мг):	25,74
Жиры (г):	5,73	Mg (мг):	7,06
Углеводы (г):	28,52	Fe (мг):	0,46
Эн. ценность (ккал)	197,32	C (мг):	0,21

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мука пшеничная высшего сорта	48	48	4,8	4,8
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	2	2	0,2	0,2
Сахар-песок	10	10	1,0	1,0
Яйцо	1/10 шт.	4	0,4	0,4
Сахар-песок (для отделки)	2	2	0,2	0,2
Масло сливочное	8	8	0,8	0,8
Яйцо (для смазки)	1/20 шт.	2	0,2	0,2
Дрожжи прессованные	1,4	1,4	0,14	0,14
Вода или молоко	20	20	2,0	2,0
Масло растительное для смазки листа	2	2	0,2	0,2
Выход		75		7,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	6,44	Ca (мг):	35,10
Жиры (г):	7,81	Mg (мг):	9,63
Углеводы (г):	38,89	Fe (мг):	0,63
Эн. ценность (ккал)	269,07	C (мг):	0,29

Технология приготовления

Яйца предварительно обрабатывают в соответствии с п 8.14 СанПиНа 2.4.5.2409-08.

Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

- I - обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды;
- II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств;

- III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Дрожжевое тесто готовят безопарным способом.

В дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35-40° С воду или молоко, предварительно разведенные в воде с температурой не выше 40° С процеженные дрожжи, сахар, соль, добавляют яйцо, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растопленное масло сливочное и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет отделяться от стенок дежи.

Тесто ставят для брожения на 1,5-2 ч при температуре 35-40° С. Первую обминку производят через 50-60 мин. В процессе брожения тесто обминают 2 раза.

Разделку производят машинным способом или вручную.

Из теста формируют жгуты. Заготовки сворачивают с обеих сторон к середине в виде улиток. Укладывают на подготовленные листы и расстаивают в течение 30-35 мин. Поверхность заготовки смазывают яйцом, посыпают сахаром-песком. Булочки можно выпекать различной формы.

Выпекают при температуре 200-220° С в течение 10-12 мин.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма правильная в соответствии с технологией, поверхность - смазанная яйцом, глянцевая, посыпана сахаром-песком.

Консистенция: мякиш хорошо пропеченный, не липкий, не влажный на ощупь, пористость хорошо развита, равномерная.

Цвет: корочки - светло-коричневый.

Вкус и запах: приятный, сдобный с ароматом наполнителя свежесвежевыпеченной булочки.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 37

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Макаронные изделия (макароны)	46	46	4,6	4,6
Вода	276	276	27,6	27,6
Масса макаронных изделий		131		13,1
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Сыр	17	15	1,7	1,5
Выход		150		15,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	9,08	Ca (мг):	155,25
Жиры (г):	7,58	Mg (мг):	15,0
Углеводы (г):	25,5	Fe (мг):	0,83
Эн. ценность (ккал)	206,25	C (мг):	0,08

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Макаронные изделия (макароны)	61	61	6,1	6,1
Вода	366	366	36,6	36,6
Масса макаронных изделий		175		17,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Сыр	22	20	2,2	2,0
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	12,1	Ca (мг):	207
Жиры (г):	10,1	Mg (мг):	20
Углеводы (г):	34	Fe (мг):	1,1
Эн. ценность (ккал)	275	C (мг):	0,1

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) № 38**Наименование кулинарного изделия (блюда):** яйцо отварное**Номер рецептуры:** 209**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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца (в шт.)	1 шт.	40	100 шт.	4
Выход		1 шт.		100 шт.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	5,1	Ca (мг):	22
Жиры (г):	4,6	Mg (мг):	5
Углеводы (г):	0,3	Fe (мг):	1
Эн. ценность (ккал)	63	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца (в шт.)	1 шт.	40	100 шт.	4
Выход		1 шт.		100 шт.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	5,1	Ca (мг):	22
Жиры (г):	4,6	Mg (мг):	5
Углеводы (г):	0,3	Fe (мг):	1
Эн. ценность (ккал)	63	C (мг):	0

Технология приготовления

Яйца предварительно обрабатывают в соответствии с п 8.14 СанПиНа 2.4.5.2409-08.

Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

- I - обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды;
- II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств;
- III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50 г. соли на 10 яиц) и варят вкрутую 10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: кругло - овальной формы, без трещин на поверхности.

Консистенция: умеренно плотная.

Цвет: белок - белый, желток - желтый.

Вкус: свежего вареного яйца, приятный.

Запах: слабовыраженный сероводорода.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 39**Наименование кулинарного изделия (блюда):** омлет с колбасой или сосисками**Номер рецептуры:** 212**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /Под ред. М.П. Могильного и В. А. Тутельяна.- М.: ДеЛи принт, 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца	2 шт.	80	2 шт.	8,0
Молоко	100	100	10,0	10,0
Масса омлетной смеси		180		18,0
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Колбаса вареная или сосиски, сардельки	31	30	3,1	3,0
Масса готовых колбасных изделий		30		3,0
Масса готового омлета		197		19,7
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	16,8	Ca (мг):	172,10
Жиры (г):	17,92	Mg (мг):	29,9
Углеводы (г):	5,35	Fe (мг):	3,12
Эн. ценность (ккал)	246	C (мг):	1,13

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца	2 шт.	80	2 шт.	8,0
Молоко	100	100	10,0	10,0
Масса омлетной смеси		180		18,0
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Колбаса вареная или сосиски, сардельки	31	30	3,1	3,0
масса готовых колбасных изделий		30		3,0
Масса готового омлета		197		19,7
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети 11 лет и старше)

Белки (г):	16,8	Ca (мг):	172,10
Жиры (г):	17,92	Mg (мг):	29,9
Углеводы (г):	5,35	Fe (мг):	3,12
Эн. ценность (ккал)	246	C (мг):	1,13

Технология приготовления

Яйца предварительно обрабатывают в соответствии с п 8.14 СанПиНа 2.4.5.2409-08.

Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

- I - обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды;
- II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств;
- III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Колбасные изделия отваривают с момента закипания в течение 5 минут. Предварительно обработанные сырые яйца соединяют с молоком, солят, взбивают, процеживают, выливают на смазанный маслом противень слоем 2,5-3,0 см, добавляют предварительно отварные нарезанные кубиками

или ломтиками колбасные изделия и готовят 8-10 минут при температуре жарочного шкафа 180-200° С. При отпуске поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность омлета полита сливочным маслом.

Консистенция: пышная, сочная.

Цвет: желтый.

Вкус: свежих жареных яиц и колбасных изделий.

Запах: свежих жареных яиц и колбасных изделий.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 40

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

Номер рецептуры: 103

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	100	75	10,0	75
С 1 ноября-31 декабря	107	75	10,7	75
С 1 января-28-29 февраля	116	75	11,6	75
С 1 марта	125	75	12,5	75
Макароны, лапша, вермишель	10	10	1,0	10
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	10
Масло сливочное	4	4	0,4	4
Вода	175	175	17,5	17,5
Выход супа		250		250

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	2,72	Ca (мг):	16,36
Жиры (г):	2,76	Mg (мг):	24,09
Углеводы (г):	22,56	Fe (мг):	0,99
Эн. ценность (ккал)	122	C (мг):	8,25

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	100	75	10,0	75
С 1 ноября-31 декабря	107	75	10,7	75
С 1 января-28-29 февраля	116	75	11,6	75
С 1 марта	125	75	12,5	75
Макаронны, лапша, вермишель	10	10	1,0	10
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	10
Масло сливочное	4	4	0,4	4
Вода	175	175	17,5	17,5
Выход супа		250		250

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	2,72	Ca (мг):	16,36
Жиры (г):	2,76	Mg (мг):	24,09
Углеводы (г):	22,56	Fe (мг):	0,99
Эн. ценность (ккал)	122	C (мг):	8,25

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.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 41

Наименование кулинарного изделия (блюда): рис отварной

Номер рецептуры: 304

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	54	54	5,4	5,4
Вода	324	324	32,4	32,4
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Масса отварного риса с маслом сливочным		150		15,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	3,69	Ca (мг):	1,38
Жиры (г):	5,48	Mg (мг):	19,17
Углеводы (г):	35,24	Fe (мг):	0,52
Эн. ценность (ккал)	209	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	65	65	6,5	6,5
Вода	390	390	39,0	39,0
Масло сливочное	8	8	0,8	0,8
Масса отварного риса с маслом сливочным		180		18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	4,57	Ca (мг):	1,73
Жиры (г):	7,03	Mg (мг):	23,78
Углеводы (г):	43,74	Fe (мг):	0,65
Эн. ценность (ккал)	261	C (мг):	0

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (60 л. Воды, 60 г. соли на 1 кг. риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают без последующей промывки. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным, перемешивают.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются.

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная.

Цвет: белый.

Вкус: отварного риса в сочетании с маслом сливочным, солоноватый.

Запах: отварного риса в сочетании со сливочным маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 42

Наименование кулинарного изделия (блюда): соус сметанный

Номер рецептуры: 330

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /Под ред. М.П. Могильного и В. А. Тутельяна.- М.: ДеЛи принт, 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сметана	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	1,3	1,3	0,13	0,13
Масло сливочное	1,3	1,3	0,13	0,13
Вода или отвар	19	19	1,9	1,9
Выход		25		2,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	0,3	Ca (мг):	6,63
Жиры (г):	2,99	Mg (мг):	0,7
Углеводы (г):	1,59	Fe (мг):	0,04
Эн. ценность (ккал)	32,5	C (мг):	0,03

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сметана	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	1,3	1,3	0,13	0,13
Масло сливочное	1,3	1,3	0,13	0,13
Вода или отвар	19	19	1,9	1,9
Выход		25		2,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	0,3	Ca (мг):	6,63
Жиры (г):	2,99	Mg (мг):	0,7
Углеводы (г):	1,59	Fe (мг):	0,04
Эн. ценность (ккал)	32,5	C (мг):	0,03

Технология приготовления

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.

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) № 43

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша жидкая молочная пшеница

Номер рецептуры: 182

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Пшено	39	39	3,9	3,9
Вода	27	27	2,7	2,7
Молоко	162	162	16,2	16,2
Сахар	6	6	0,06	0,6
Масса каши		195		19,5
Масло сливочное	55	5	0,5	0,5
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	8,97	Ca (мг):	204,25
Жиры (г):	10,04	Mg (мг):	54,5
Углеводы (г):	38,8	Fe (мг):	1,7
Эн. ценность (ккал)	280	C (мг):	2,11

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Пшено	39	39	3,9	3,9
Вода	27	27	2,7	2,7
Молоко	162	162	16,2	16,2
Сахар	6	6	0,06	0,6
Масса каши		195		19,5
Масло сливочное	55	5	0,5	0,5
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	8,97	Ca (мг):	204,25
Жиры (г):	10,04	Mg (мг):	54,5
Углеводы (г):	38,8	Fe (мг):	1,7
Эн. ценность (ккал)	280	C (мг):	2,11

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

В кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 мин. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности. Горячую кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

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

Консистенция: однородная, вязкая, зерна крупы - мягкие.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

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

Запах: каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 44

Наименование кулинарного изделия (блюда): зеленый горошек с луком репчатым*

Номер рецептуры: 30

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

* по сборнику рецептов указан салат из соленых огурцов с луком репчатым, в данной рецептуре сделана замена соленых огурцов на зеленый горошек

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Зеленый горошек консервированный	82	82	8,2	8,2
Масса отварного зеленого горошка (без жидкой части)		53		5,3
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Выход		60		6,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	0,22	Ca (мг):	2,45
Жиры (г):	3,01	Mg (мг):	1,68
Углеводы (г):	0,75	Fe (мг):	0,07
Эн. ценность (ккал)	30,6	C (мг):	0,96

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Зеленый горошек консервированный	136	136	13,6	13,6
Масса отварного зеленого горошка (без жидкой части)		88		8,8
Лук репчатый	10	8	1,0	0,8
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	0,36	Ca (мг):	4,08
Жиры (г):	5,01	Mg (мг):	2,8
Углеводы (г):	1,25	Fe (мг):	0,12
Эн. ценность (ккал)	51	C (мг):	1,6

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи урожая прошлого года (репчатый лук) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

Горошек зеленый консервированный прокипятить в собственном соку с момента закипания в течение 5 минут, охладить, смешать с бланшированным шинкованным репчатым луком, заправить маслом растительным.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи уложены горкой.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: зеленый.

Вкус: горошка, лука репчатого в сочетании с маслом растительным.

Запах: горошка, лука репчатого в сочетании с маслом растительным.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 45

Наименование кулинарного изделия (блюда): сельдь (порциями)

Номер рецептуры: 214

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно – методическое пособие / Сост. А. В.Румянцев – 3-е изд., перераб. и доп. – М.:Издательство «Дело и Сервис», 2002 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сельдь	122	60	12,2	6,0
Сельдь промышленного производства (филе)	62	60	6,2	6,0
Выход		60		6,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	10,2	Са (мг):	48
Жиры (г):	5,10	Mg (мг):	24
Углеводы (г):	0	Fe (мг):	0,66
Эн. ценность (ккал)	87	С (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сельдь	203	100	20,3	10,0
	103	100	10,3	10,0
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	17	Са (мг):	80
Жиры (г):	8,5	Mg (мг):	40
Углеводы (г):	0	Fe (мг):	1,10
Эн. ценность (ккал)	145	С (мг):	0

Технология приготовления

Сельдь разделяют на филе без кожи и костей. Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: сельдь нарезана на одинаковые кусочки.

Консистенция: сельди - нежная.

Цвет: сельди - светло-серый.

Вкус: приятный.

Запах: приятный, сельди.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 46

Наименование кулинарного изделия (блюда): бефстроганов из отварной говядины

Номер рецептуры: 245,330

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	89	81	8,9	8,1
Или мясо на кости	110	81	11,0	81
Лук репчатый	3	2	0,3	0,2
Морковь				
До 1 января	2,5	2	0,25	0,2
С 1 января	2,7	2	0,27	0,2
Масса отварного мяса		50		5,0
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Соус сметанный		50		5,0
Сметана	13	13	1,3	1,3
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Вода или отвар	38	38	3,8	3,8
Масса белого соуса		38		3,8
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	13,15	Ca (мг):	9,69
Жиры (г):	14,45	Mg (мг):	20,58
Углеводы (г):	3,92	Fe (мг):	0,91
Эн. ценность (ккал)	199	C (мг):	0,27

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	89	81	8,9	8,1
Или мясо на кости	110	81	11,0	81
Лук репчатый	3	2	0,3	0,2
Морковь				
До 1 января	2,5	2	0,25	0,2
С 1 января	2,7	2	0,27	0,2
Масса отварного мяса		50		5,0
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Соус сметанный		50		5,0
Сметана	13	13	1,3	1,3
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Вода или отвар	38	38	3,8	3,8
Масса белого соуса		38		3,8
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	13,15	Ca (мг):	9,69
Жиры (г):	14,45	Mg (мг):	20,58
Углеводы (г):	3,92	Fe (мг):	0,91
Эн. ценность (ккал)	199	C (мг):	0,27

Технология приготовления

Отварное мясо нарезают брусочками длиной 3-4 см, масса 5-7 г и соединяют с протертой вареной морковью. Затем мясо заливают соусом сметанным и кипятят на слабом огне 5-10 минут в посуде, с закрытой крышкой.

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 минут, процеживают и доводят до кипения.

Отпускают бефстроганов вместе с соусом и гарниром.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: отварное мясо, нарезанное тонкими брусочками длиной 3-4 см, массой 5-7 г с протертой морковью.

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

Цвет: мяса – серый, соуса – оранжевый с матовым оттенком.

Вкус: вареного мяса, умеренно соленый.

Запах: мяса с ароматом сметаны, моркови.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 47

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

Номер рецептуры: 410

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Куры I категории				
Куры 1 кат. потрошенные	76	66	7,6	6,6
Или куры 1 кат. п/п	96	66	9,6	6,6
Масса отварной птицы		47		4,7
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Томат-пюре	6	6	0,6	0,6
Мука пшеничная	1	1	0,1	0,1
Чеснок	0,8	0,6	0,08	0,06
Сметана	3	3	0,3	0,3
Морковь				
До 1 января	6,3	5	0,63	0,5
С 1 января	6,7	5	0,67	0,5
Вода	31	31	3,1	3,1
Выход		80		8,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	10,47	Ca (мг):	20,61
Жиры (г):	12,93	Mg (мг):	14,37
Углеводы (г):	2,89	Fe (мг):	0,95
Эн. ценность (ккал)	146,67	C (мг):	2,12

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Куры 1 категории				
Куры 1 кат. потрошенные	95	83	9,5	8,3
Или куры 1 кат. п/п	120	83	12,0	8,3
Масса отварной птицы		59		5,9
Масло сливочное	8	8	0,8	0,8
Лук репчатый	7	6	0,7	0,6
Томат-пюре	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	1,3	1,3	1,3	1,3
Чеснок	1	0,8	0,1	0,08
Сметана	4	4	0,4	0,4
Морковь				
До 1 января	7,5	6	7,5	0,6
С 1 января	8	6	0,8	0,6
Вода	39	39	3,9	3,9
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	18,33	Ca (мг):	36,06
Жиры (г):	22,62	Mg (мг):	25,14
Углеводы (г):	5,05	Fe (мг):	1,67
Эн. ценность (ккал)	256,6	C (мг):	3,71

Технология приготовления

Курицу отваривают тушками (целиком), порционируют. Морковь шинкуют соломкой, пассеруют на сливочном масле с добавлением воды или куриного бульона. Томат-пюре, пассеруют слегка, лук репчатый бланшируют, затем пассеруют. Муку пассеруют, разводят горячим бульоном, доводят до кипения при слабом кипении, закладывают морковь, лук-проваривают 15-20 минут (до готовности овощей), вводят томат-пюре, варят 5 минут, закладывают птицу и тушат 10-15 минут. В конце тушения добавляют растертый чеснок, сметану и доводят до кипения.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 48

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста свежая	256	205	25,6	20,5
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Томатное пюре	7	7	0,7	0,7
Морковь				
До 1 января	7,5	6	0,75	0,6
С 1 января	8	6	0,8	0,6
Лук репчатый	7	7	0,7	0,7
Мука пшеничная	2,5	2,5	0,25	0,25
Сахар	1	1	0,1	0,1
Выход		180		18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	3,64	Ca (мг):	99,04
Жиры (г):	5,54	Mg (мг):	35,03
Углеводы (г):	10,89	Fe (мг):	1,37
Эн. ценность (ккал)	117,6	C (мг):	30,48

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста свежая	256	205	25,6	20,5
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Томатное пюре	7	7	0,7	0,7
Морковь				
До 1 января	7,5	6	0,75	0,6
С 1 января	8	6	0,8	0,6
Лук репчатый	7	7	0,7	0,7
Мука пшеничная	2,5	2,5	0,25	0,25
Сахар	1	1	0,1	0,1
Выход		180		18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	3,64	Ca (мг):	99,04
Жиры (г):	5,54	Mg (мг):	35,03
Углеводы (г):	10,89	Fe (мг):	1,37
Эн. ценность (ккал)	117,6	C (мг):	30,48

Технология приготовления

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

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), 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, сахаром, 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. Капуста, лук, морковь в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 49

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	122	92	12,2	9,2
С 1 ноября-31 декабря	132	92	13,2	9,2
С 1 января-28-29 февраля	142	92	14,2	9,2
С 1 марта	154	92	15,4	9,2
Морковь				
До 1 января	11	9	1,1	0,9
С 1 января	12	9	1,2	0,9
Лук репчатый	11	9	1,1	0,9
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Вода	161	161	16,1	16,1
Выход		230		23,0
Фрикадельки мясные готовые		20		2,0
Выход с мясными фрикадельками		250		25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	6,15	Ca (мг):	21,78
Жиры (г):	5,96	Mg (мг):	33,56
Углеводы (г):	14,09	Fe (мг):	1,34
Эн. ценность (ккал)	153	C (мг):	10,39

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	122	92	12,2	9,2
С 1 ноября-31 декабря	132	92	13,2	9,2
С 1 января-28-29 февраля	142	92	14,2	9,2
С 1 марта	154	92	15,4	9,2
Морковь				
До 1 января	11	9	1,1	0,9
С 1 января	12	9	1,2	0,9
Лук репчатый	11	9	1,1	0,9
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Вода	161	161	16,1	16,1
Выход		230		23,0
Фрикадельки мясные готовые		20		2,0
Выход с мясными фрикадельками		250		25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	6,15	Ca (мг):	21,78
Жиры (г):	5,96	Mg (мг):	33,56
Углеводы (г):	14,09	Fe (мг):	1,34
Эн. ценность (ккал)	153	C (мг):	10,39

Технология приготовления

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.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 50

Наименование кулинарного изделия (блюда): мясные фрикадельки

Номер рецептуры: 105

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	25	23	2,5	2,3
Или мясо на кости	31	23	3,1	2,3
Лук репчатый	2,4	2	0,24	0,2
Вода	2	2	0,2	0,2
Яйца	1/20 шт.	2	5 шт.	0,2
Масса полуфабриката		27		2,7
Выход		20		2,0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	25	23	2,5	2,3
Или мясо на кости	31	23	3,1	2,3
Лук репчатый	2,4	2	0,24	0,2
Вода	2	2	0,2	0,2
Яйца	1/20 шт.	2	5 шт.	0,2
Масса полуфабриката		27		2,7
Выход		20		2,0

Технология приготовления

Яйца предварительно обрабатывают в соответствии с п 8.14 СанПиНа 2.4.5.2409-08.

Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

- I - обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды;
- II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств;
- III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, 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) № 51

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью				
Рыба-филе	63	61	6,3	6,1
Вода или бульон	19	19	1,9	1,9
Морковь				
До 1 января	29	23	2,9	2,3
С 1 января	31	23	3,1	2,3
Лук репчатый	10	8	1,0	0,8
Томатное пюре	10	10	1,0	1,0
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Сахар	2	2	0,2	0,2
Масса тушеной рыбы		50		5,0
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом		100		10,0
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	9,73	Ca (мг):	38
Жиры (г):	4,96	Mg (мг):	44,51
Углеводы (г):	43,73	Fe (мг):	0,86
Эн. ценность (ккал)	105	C (мг):	4,38

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью				
Рыба-филе	76	73	7,6	7,3
Вода или бульон	23	23	2,3	2,3
Морковь				
До 1 января	35	28	3,5	2,8
С 1 января	37	28	3,7	2,8
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	12	12	1,2	1,2
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Сахар	2,4	2,4	0,24	0,24
Масса тушеной рыбы		60		6,0
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом		120		12,0
Выход		120		12,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	11,68	Ca (мг):	45,6
Жиры (г):	5,95	Mg (мг):	53,42
Углеводы (г):	52,48	Fe (мг):	1,03
Эн. ценность (ккал)	126	C (мг):	5,26

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, сахар, 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 у

трески, морского окуня.

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) № 52

Наименование кулинарного изделия (блюда): рис отварной с овощами

Номер рецептуры: 304

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	29	29	2,9	2,9
Вода	174	174	17,4	17,4
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Масса отварного риса с маслом сливочным		80		8,0
Морковь				
До 1 января	100	80	10,0	8,0
С 1 января	106	80	10,6	8,0
Лук репчатый	18	15	1,8	1,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Масса пассерованных овощей		70		7,0
Выход		150		15,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	2,59	Ca (мг):	3,84
Жиры (г):	7,67	Mg (мг):	51,98
Углеводы (г):	18,05	Fe (мг):	0,57
Эн. ценность (ккал)	166	C (мг):	2,32

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	35	35	3,5	3,5
Вода	210	210	21,0	21,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Масса отварного риса с маслом сливочным		96		9,6
Морковь				
До 1 января	120	96	12,0	9,6
С 1 января	128	96	12,8	9,6
Лук репчатый	21	18	2,1	1,8
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Масса пассерованных овощей		84		8,4
Выход		180		18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	3,11	Ca (мг):	4,61
Жиры (г):	9,2	Mg (мг):	24,92
Углеводы (г):	21,66	Fe (мг):	0,68
Эн. ценность (ккал)	199,2	C (мг):	2,78

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду /60 л. Воды, 60 г. соли на 1 кг. риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают без последующей промывки. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным, перемешивают.

Морковь лук репчатый мелко шинкуют слегка пассеруют, перемешивают с отварным рисом. Прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160° С.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются
рис с овощами уложен горкой.

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная.

Цвет: белый с оранжевыми вкраплениями моркови.

Вкус: отварного риса в сочетании с овощами, солоноватый.

Запах: отварного риса в сочетании с овощами.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 53**Наименование кулинарного изделия (блюда):** суп молочный с макаронными изделиями**Номер рецептуры:** 120**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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	186	186	18,6	18,6
Вода	27	27	2,7	2,7
Макаронные изделия	16	16	1,6	1,6
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Сахар	1	1	0,1	0,1
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	6,85	Ca (мг):	227,53
Жиры (г):	7,47	Mg (мг):	28,69
Углеводы (г):	20,33	Fe (мг):	0,36
Эн. ценность (ккал)	174,67	C (мг):	1,21

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	186	186	18,6	18,6
Вода	27	27	2,7	2,7
Макаронные изделия	16	16	1,6	1,6
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Сахар	1	1	0,1	0,1
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	6,85	Ca (мг):	227,53
Жиры (г):	7,47	Mg (мг):	28,69
Углеводы (г):	20,33	Fe (мг):	0,36
Эн. ценность (ккал)	174,67	C (мг):	1,21

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макаронны -15-20 мин, лапшу - 10-12 мин, вермишель - 5-7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности, кладут соль, сахар.

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: сладковатый умеренно соленый, с привкусом сливочного масла.

Запах: кипяченого молока, выражен аромат свежего масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 54

Наименование кулинарного изделия (блюда): морская капуста с яйцом*

Номер рецептуры: 11

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

*в сборнике указан салат из капусты белокочанной и морской. В данной рецептуре капуста белокочанная заменена на яйцо.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морская капуста	47	46	4,7	4,6
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Яйцо	1шт.	40	4,0	4,0
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	5,63	Ca (мг):	43,5
Жиры (г):	9,70	Mg (мг):	84,4
Углеводы (г):	1,10	Fe (мг):	8,44
Эн. ценность (ккал)	137	C (мг):	1,92

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морская капуста	47	46	4,7	4,6
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Яйцо	1шт.	40	4,0	4,0
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	5,63	Ca (мг):	43,5
Жиры (г):	9,70	Mg (мг):	84,4
Углеводы (г):	1,10	Fe (мг):	8,44
Эн. ценность (ккал)	137	C (мг):	1,92

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи урожая прошлого года (репчатый лук) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

Яйца предварительно обрабатывают в соответствии с п 8.14 СанПиН 2.4.5.2409-08.

Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

- I - обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды;
- II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств;
- III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50 г. соли на 10 яиц) и варят вкрутую 10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Морскую капусту смешивают с отварным мелко рубленным яйцом, бланшированным нашинкованным репчатым луком. Заправляют маслом растительным.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи уложены горкой.

Консистенция: мягкая.

Цвет: соответствует продуктам, входящим в блюдо.

Вкус: морской капусты в сочетании с яйцом и луком репчатым, солоноватый.

Запах: морской капусты в сочетании с яйцом и луком репчатым, солоноватый.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 55

Наименование кулинарного изделия (блюда): суп крестьянский со сметаной

Номер рецептуры: 98

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста свежая	38	30	3,8	3,0
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	33	25	3,3	2,5
С 1 ноября-31 декабря	35	25	3,5	2,5
С 1 января-28-29 февраля	39	25	3,9	2,5
С 1 марта	42	25	4,2	2,5
Крупа рисовая, или перловая, или овсяная, или ячневая, или пшеничная	10	10	1,0	1,0
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Вода	213	213	21,3	21,3
Выход супа		250		25,0
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа со сметаной		255		25,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	2,01	Ca (мг):	28,71
Жиры (г):	4,39	Mg (мг):	21,10
Углеводы (г):	11,82	Fe (мг):	0,67
Эн. ценность (ккал)	106	C (мг):	10,02

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста свежая	38	30	3,8	3,0
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	33	25	3,3	2,5
С 1 ноября-31 декабря	35	25	3,5	2,5
С 1 января-28-29 февраля	39	25	3,9	2,5
С 1 марта	42	25	4,2	2,5
Крупа рисовая, или перловая, или овсяная, или ячневая, или пшеничная	10	10	1,0	1,0
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Вода	213	213	21,3	21,3
Выход супа		250		25,0
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа со сметаной		255		25,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	2,01	Ca (мг):	28,71
Жиры (г):	4,39	Mg (мг):	21,10
Углеводы (г):	11,82	Fe (мг):	0,67
Эн. ценность (ккал)	106	C (мг):	10,02

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

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

Крупы перловую, овсяную, пшеничную промывают сначала в теплой, затем в горячей воде, закладывают в кипящую воду (3л на 1 кг) и варят до полуготовности, воду сливают. В кипящую воду кладут подготовленную крупу, свежую белокочанную капусту, нарезанную шашками, картофель и варят до готовности, за 5-10 мин добавляют пассерованные овощи, соль, сметану и кипятят. Отпускают суп со сметаной.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части картофель и овощи, нарезанные кубиками, капуста – шашками, крупа хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму.

Консистенция: овощей, мяса - мягкая, сочная; крупа хорошо разварившаяся, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: умеренно соленый, картофеля, пассерованных овощей, крупы.

Запах: пассерованных овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 56

Наименование кулинарного изделия (блюда): рыба, запеченная с картофелем по-русски

Номер рецептуры: 346

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Филе, выпускаемое промышленностью				
Рыба-филе	101	98	10,1	9,8
Масса готовой рыбы		83		8,3
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	116	87	11,6	8,7
С 1 ноября-31 декабря	124	87	12,4	8,7
С 1 января-28-29 февраля	134	87	13,4	8,7
С 1 марта	145	87	14,5	8,7
Масса отварного очищенного картофеля		78		7,8
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Морковь				
До 1 января	8,8	7	0,88	0,7
С 1 января	9,3	7	0,93	0,7
Лук репчатый	7	6	0,7	0,6
Соус белый				
Вода		67		6,7
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Лимонная кислота	0,1	0,1	0,01	0,01
Выход соуса белого на рыбном бульоне		83		8,3
Сухари	2	2	0,2	0,2

Выход		200		20,0
-------	--	-----	--	------

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	14,19	Ca (мг):	45,61
Жиры (г):	5,55	Mg (мг):	63,5
Углеводы (г):	67,44	Fe (мг):	1,43
Эн. ценность (ккал)	208,28	C (мг):	10,98

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Филе, выпускаемое промышленностью				
Рыба-филе	101	98	10,1	9,8
Масса готовой рыбы		83		8,3
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	116	87	11,6	8,7
С 1 ноября-31 декабря	124	87	12,4	8,7
С 1 января-28-29 февраля	134	87	13,4	8,7
С 1 марта	145	87	14,5	8,7
Масса отварного очищенного картофеля		78		7,8
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Морковь				
До 1 января	8,8	7	0,88	0,7
С 1 января	9,3	7	0,93	0,7
Лук репчатый	7	6	0,7	0,6
Соус белый				
Вода		67		6,7
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Лимонная кислота	0,1	0,1	0,01	0,01

Выход соуса белого на рыбном бульоне		83		8,3
Сухари	2	2	0,2	0,2
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	14,19	Ca (мг):	45,61
Жиры (г):	5,55	Mg (мг):	63,5
Углеводы (г):	67,44	Fe (мг):	1,43
Эн. ценность (ккал)	208,28	C (мг):	10,98

Технология приготовления

Порционные куски сырой рыбы, нарезанные под углом 30° С из филе, посыпают солью, кладут кожей вниз в смазанную маслом сковороду, сверху кладут ломтики отварного картофеля, лук репчатый, морковь, заливают белым (на рыбном бульоне из пищевых отходов рыбы или воде) соусом, поливают сливочным маслом, посыпают сухарями и запекают в жарочном шкафу при температуре 240-250° С в течение 30-40 мин.

Для приготовления соуса белого на рыбном бульоне – муку подсушивают при температуре 110-120° С, не допуская изменения ее цвета, охлаждают до 60-70° С, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно ¼ часть воды и вымешивают до образования однородной массы. Затем добавляют оставшуюся воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, лимонную кислоту, затем доводят до кипения

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: слегка подрумяненная корочка, соус загустел, но не высох.

Консистенция: однородная.

Цвет: белого цвета.

Вкус и запах: рыбы.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 57

Наименование кулинарного изделия (блюда): чай с сахаром

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	55	55	5,5	5,5
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	16	16	1,6	1,6
Вода	134	134	13,4	13,4
Выход с сахаром		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	0	Ca (мг):	2,95
Жиры (г):	0	Mg (мг):	2,20
Углеводы (г):	16	Fe (мг):	0,46
Эн. ценность (ккал)	65	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	55	55	5,5	5,5
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	18	18	1,8	1,8
Вода	132	132	13,2	13,2
Выход с сахаром		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	0	Ca (мг):	3,01
Жиры (г):	0	Mg (мг):	2,20
Углеводы (г):	17,99	Fe (мг):	0,46
Эн. ценность (ккал)	73	C (мг):	0

Технология приготовления

В стакан или чашку заливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан или чашку или подают отдельно.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 58

Наименование кулинарного изделия (блюда): котлеты, биточки, шницели

Номер рецептуры: 268

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	65	59	6,5	5,9
Или мясо на кости	80	59	8,0	5,9
Хлеб пшеничный	15	15	1,5	1,5
Вода или молоко	19	19	1,9	1,9
Сухари	8	8	0,8	0,8
Масса полуфабриката		99		9,9
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Масса готовых изделий		80		8,0
Выход		80		8,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	12,02	Ca (мг):	29,90
Жиры (г):	9,97	Mg (мг):	21,00
Углеводы (г):	12,32	Fe (мг):	1,03
Эн. ценность (ккал)	186,00	C (мг):	0,25

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	121	74	12,1	7,4
Или мясо на кости	150	74	15,0	7,4
Хлеб пшеничный	19	19	1,9	1,9
Вода или молоко	24	24	2,4	2,4
Сухари	10	10	1,0	1,0
Масса полуфабриката		124		12,4
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Масса готовых изделий		100		10,0
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	15,03	Ca (мг):	37,38
Жиры (г):	12,46	Mg (мг):	26,25
Углеводы (г):	15,40	Fe (мг):	1,29
Эн. ценность (ккал)	232,50	C (мг):	0,31

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. Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом – котлеты или изделия овально-приплюснутой формы – биточки, или плоско-овальной формы толщиной 1 см – 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: соответствующая форма, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: пышная, сочная, однородная.

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

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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 59

Наименование кулинарного изделия (блюда): икра свекольная или морковная

Номер рецептуры: 75

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морковь				
До 1 января	57	45	5,7	4,5
С 1 января	61	45	6,1	4,5
Или свекла				
До 1 января	58	45	5,8	4,5
С 1 января	62	45	6,2	4,5
Лук репчатый	13	11	1,3	1,1
Томатное пюре	15	15	1,5	1,5
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Сахар	0,8	0,8	0,08	0,08
Выход		60		6,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Икра морковная

Белки (г):	1,34	Ca (мг):	16,66
Жиры (г):	4,84	Mg (мг):	20,66
Углеводы (г):	5,8	Fe (мг):	0,55
Эн. ценность (ккал)	70,2	C (мг):	7,15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Икра свекольная

Белки (г):	1,63	Ca (мг):	25,28
Жиры (г):	4,35	Mg (мг):	19,26
Углеводы (г):	8,07	Fe (мг):	1,14
Эн. ценность (ккал)	81,6	C (мг):	9,47

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морковь				
До 1 января	95	75	9,5	7,5
С 1 января	101	75	10,1	7,5
Или свекла				
До 1 января	96	75	9,6	7,5
С 1 января	102	75	10,2	7,5
Лук репчатый	21	18	2,1	1,8
Томатное пюре	25	25	2,5	2,5
Масло растительное	8	8	0,8	0,8
Сахар	1,2	1,2	0,12	0,12
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Икра морковная

Белки (г):	2,23	Ca (мг):	27,76
Жиры (г):	8,06	Mg (мг):	34,44
Углеводы (г):	9,66	Fe (мг):	0,92
Эн. ценность (ккал)	117	C (мг):	11,92

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Икра свекольная

Белки (г):	2,72	Ca (мг):	42,13
Жиры (г):	7,25	Mg (мг):	32,1
Углеводы (г):	13,45	Fe (мг):	1,9
Эн. ценность (ккал)	136	C (мг):	15,78

Технология приготовления

Свеклу и морковь отваривают, очищают от кожицы и измельчают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре. Измельченные овощи соединяют с пассерованным луком, добавляют сахар, прогревают и охлаждают

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: уложена горкой.

Консистенция: однородная, сочная.

Цвет: светло – оранжевый - морковной икры и малинового – красный - свекольной.

Вкус: моркови или свеклы, пассерованного лука репчатого и томата.

Запах: моркови или свеклы с привкусом пассерованного лука и томата.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 60

Наименование кулинарного изделия (блюда): суп с рыбными консервами

Номер рецептуры: 159

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Рыбная консерва	45	43	4,5	4,3
Крупа перловая, или овсяная, пшеничная	5	5	0,5	0,5
Рисовая	8	8	0,8	0,8
Хлопья «Геркулес»	13	13	1,3	1,3
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	75	57	7,5	5,7
С 1 ноября-31 декабря	81	57	8,1	5,7
С 1 января-28-29 февраля	88	57	8,8	5,7
С 1 марта	96	57	9,6	5,7
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Вода для круп перловой, овсяной, пшеничной	175	175	17,5	17,5
Для рисовой и хлопьев «Геркулес»	188	188	18,8	18,8
Выход		250		25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	8,85	Ca (мг):	19,55
Жиры (г):	3,86	Mg (мг):	30,91
Углеводы (г):	13,58	Fe (мг):	1,01
Эн. ценность (ккал)	139	C (мг):	6,45

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Рыбная консерва	45	43	4,5	4,3
Крупа перловая, или овсяная, пшеничная	5	5	0,5	0,5
Рисовая	8	8	0,8	0,8
Хлопья «Геркулес»	13	13	1,3	1,3
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	75	57	7,5	5,7
С 1 ноября-31 декабря	81	57	8,1	5,7
С 1 января-28-29 февраля	88	57	8,8	5,7
С 1 марта	96	57	9,6	5,7
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Вода для круп перловой, овсяной, пшеничной	175	175	17,5	17,5
Для рисовой и хлопьев «Геркулес»	188	188	18,8	18,8
Выход		250		25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	8,85	Ca (мг):	19,55
Жиры (г):	3,86	Mg (мг):	30,91
Углеводы (г):	13,58	Fe (мг):	1,01
Эн. ценность (ккал)	139	C (мг):	6,45

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

В кипящую воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, добавляют картофель, нарезанный дольками или кубиками, доводят до кипения, добавляют морковь, лук, припущенные с добавлением масла и варят с добавлением соли при слабом кипении до готовности.

При приготовлении супов с рыбными продуктами их кладут в прогретом виде в порционную посуду с супом перед отпуском.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи сохранили форму нарезки, мягкие. Рыба проварена, мягкая, кусочки некрупные, не разварившаяся.

Консистенция: овощи мягкие, но не проварены, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: рыбы и овощей.

Запах: рыбы и овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 61

Наименование кулинарного изделия (блюда): азу

Номер рецептуры: 370

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	113	102	11,3	10,2
Или мясо на кости	138	102	13,8	10,2
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	133	100	13,3	10,0
С 1 ноября-31 декабря	143	100	14,3	10,0
С 1 января-28-29 февраля	154	100	15,4	10,0
С 1 марта	167	100	16,7	10,0
Лук репчатый	19	16	1,9	1,6
Масло растительное	8	8	0,8	0,8
Томат-пюре	9	9	0,9	0,9
Огурцы соленые	33	18	3,3	1,8
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Масса тушеного мяса		65		6,5
Масса готовых овощей		135		13,5
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	13,21	Ca (мг):	28,71
Жиры (г):	18,03	Mg (мг):	40,26
Углеводы (г):	17,41	Fe (мг):	2,51
Эн. ценность (ккал)	292	C (мг):	9,44

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина I категории				
Мясо жилованное	113	102	11,3	10,2
Или мясо на кости	138	102	13,8	10,2
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	133	100	13,3	10,0
С 1 ноября-31 декабря	143	100	14,3	10,0
С 1 января-28-29 февраля	154	100	15,4	10,0
С 1 марта	167	100	16,7	10,0
Лук репчатый	19	16	1,9	1,6
Масло растительное	8	8	0,8	0,8
Томат-пюре	9	9	0,9	0,9
Огурцы соленые	33	18	3,3	1,8
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Масса тушеного мяса		65		6,5
Масса готовых овощей		135		13,5
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	13,21	Ca (мг):	28,71
Жиры (г):	18,03	Mg (мг):	40,26
Углеводы (г):	17,41	Fe (мг):	2,51
Эн. ценность (ккал)	292	C (мг):	9,44

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Мясо нарезают брусочками по 10-15 гр., тушат, заливают готовым бульоном или водой, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат почти до готовности в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут соленые огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют картофель и тушат еще 15-20 минут.

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) № 62

Наименование кулинарного изделия (блюда): маринад овощной

Номер рецептуры: 57

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть, изд-во «Хлебпродинформ», г. Москва, 1996 г., под ред. Ф. Л. Марчука

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морковь				
До 1 января	46	36	4,6	3,6
С 1 января	48	36	4,8	3,6
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатная паста	2	2	0,2	0,2
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Кислота лимонная	2	2	0,2	0,2
Сахар	1	1	0,1	0,1
Вода	7	7	0,7	0,7
Выход		60		6,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	8,13	Ca (мг):	81,51
Жиры (г):	10,32	Mg (мг):	32,55
Углеводы (г):	13	Fe (мг):	1,28
Эн. ценность (ккал)	184,99	C (мг):	24,84

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морковь				
До 1 января	76	60	7,6	6,0
С 1 января	80	60	8,0	6,0
Лук репчатый	18	16	1,8	1,6
Томатная паста	4	4	0,4	0,4
Масло растительное	10	10	1,0	1,0
Кислота лимонная	4	4	0,4	0,4
Сахар	2	2	0,2	0,2
Вода	12	12	1,2	1,2
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	8,13	Ca (мг):	81,51
Жиры (г):	10,32	Mg (мг):	32,55
Углеводы (г):	13	Fe (мг):	1,28
Эн. ценность (ккал)	184,99	C (мг):	24,84

Технология приготовления

Овощи нарезают соломкой, пассеруют на масле растительном, затем добавляют томатную пасту или пюре и пассеруют еще 7-10 минут. После этого водят воду, лимонную кислоту и кипятят 15-20 мину. В конце варки добавляют соль, сахар.

Блюда отпускают при температуре не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: маринад уложен горкой.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: овощей, входящих в блюдо.

Вкус: солоноватый, овощей.

Запах: овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 63**Наименование кулинарного изделия (блюда):** кисломолочный продукт**Номер рецептуры:** 386**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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Кисломолочный продукт (бифидок, или снежок, или ряженка, или йогурт или др.)	206	200	20,6	20,0
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	5,8	Ca (мг):	240
Жиры (г):	5	Mg (мг):	28
Углеводы (г):	8	Fe (мг):	0,2
Эн. ценность (ккал)	106	C (мг):	1,4

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Кисломолочный продукт (бифидок, или снежок, или ряженка, или йогурт или др.)	206	200	20,6	20,0
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	5,8	Ca (мг):	240
Жиры (г):	5	Mg (мг):	28
Углеводы (г):	8	Fe (мг):	0,2
Эн. ценность (ккал)	106	C (мг):	1,4

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Кисломолочные продукты наливают непосредственно в стакан.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с жидкостью.

Консистенция: жидкая, сметанообразная.

Цвет: соответствует.

Вкус: соответствует.

Запах: соответствует.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 64

Наименование кулинарного изделия (блюда): оладьи из печени

Номер рецептуры: 282

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Печень	96	80	9,6	8,0
Хлеб пшеничный	13	13	1,3	1,3
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Масса полуфабриката		93		9,3
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Масса жареных оладьев		80		8,0
Выход		80		8,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	9,33	Ca (мг):	9,15
Жиры (г):	8,46	Mg (мг):	14,11
Углеводы (г):	5,35	Fe (мг):	4,59
Эн. ценность (ккал)	134,86	C (мг):	6,6

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Печень	120	100	12,0	10,0
Хлеб пшеничный	16	16	1,6	1,6
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Масса полуфабриката		116		11,6
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Масса жареных оладьев		100		10,0
Выход		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	11,67	Ca (мг):	11,44
Жиры (г):	10,58	Mg (мг):	17,64
Углеводы (г):	6,69	Fe (мг):	5,74
Эн. ценность (ккал)	168,66	C (мг):	8,25

Технология приготовления

Подготовленную печень пропускают через мясорубку, соединяют с натертым хлебом, добавляют масло, соль и разделяют в виде лепешек порционно. Обжаривают в жарочном шкафу до готовности при температуре 200-250° С (20-25 мин).

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: оладьи равномерно обжарены.

Консистенция: плотная, сочная, однородная.

Цвет: коричневый.

Вкус: жареной печени, умеренно соленый.

Запах: жареной печени.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 65**Наименование кулинарного изделия (блюда):** картофель отварной**Номер рецептуры:** 310**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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	238	179	23,8	17,9
С 1 ноября-31 декабря	256	179	25,6	17,9
С 1 января-28-29 февраля	275	179	27,5	17,9
С 1 марта	299	179	29,9	17,9
Масса вареного картофеля		173		17,3
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
Выход		180		18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	1,07	Ca (мг):	26,37
Жиры (г):	3,05	Mg (мг):	29,98
Углеводы (г):	5,72	Fe (мг):	1
Эн. ценность (ккал)	55,2	C (мг):	5,21

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	238	179	23,8	17,9
С 1 ноября-31 декабря	256	179	25,6	17,9
С 1 января-28-29 февраля	275	179	27,5	17,9
С 1 марта	299	179	29,9	17,9
Масса вареного картофеля		173		17,3
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
Выход		180		18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	1,07	Са (мг):	26,37
Жиры (г):	3,05	Mg (мг):	29,98
Углеводы (г):	5,72	Fe (мг):	1
Эн. ценность (ккал)	55,2	С (мг):	5,21

Технология приготовления

Очищенный картофель кладут в кипящую подсоленную воду и варят. Когда картофель сварится, сливают воду, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 мин на менее горячем участке плиты. При варке рассыпчатого картофеля воду сливают примерно через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром, образующимся в котле.

Варят картофель небольшими партиями по мере спроса. При продолжительном хранении в горячем состоянии у картофеля изменяется цвет, ухудшается вкус и снижается его пищевая ценность. Картофель, сваренный на пару, имеет лучшие вкусовые качества. Картофель отварной поливают маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения.

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 привкусом сливочного масла, умеренно соленый.

Запах: вареного картофеля, сливочного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 66

Наименование кулинарного изделия (блюда): жаркое по-домашнему

Номер рецептуры: 374

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	113	102	11,3	10,2
Или мясо на кости	138	102	13,8	10,2
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	133	100	13,3	10,0
С 1 ноября-31 декабря	143	100	14,3	10,0
С 1 января-28-29 февраля	154	100	15,4	10,0
С 1 марта	167	100	16,7	10,0
Лук репчатый	18	15	1,8	1,5
Масло растительное	7	7	0,7	0,7
Томат-шюре	7	7	0,7	0,7
Масса тушеного мяса		65		6,5
Масса готовых овощей		135		13,5
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	12,71	Ca (мг):	62,74
Жиры (г):	17,06	Mg (мг):	36,6
Углеводы (г):	15,16	Fe (мг):	2,34
Эн. ценность (ккал)	270	C (мг):	8,86

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина 1 категории				
Мясо жилованное	113	102	11,3	10,2
Или мясо на кости	138	102	13,8	10,2
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	133	100	13,3	10,0
С 1 ноября-31 декабря	143	100	14,3	10,0
С 1 января-28-29 февраля	154	100	15,4	10,0
С 1 марта	167	100	16,7	10,0
Лук репчатый	18	15	1,8	1,5
Масло растительное	7	7	0,7	0,7
Томат-пюре	7	7	0,7	0,7
Масса тушеного мяса		65		6,5
Масса готовых овощей		135		13,5
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	12,71	Ca (мг):	62,74
Жиры (г):	17,06	Mg (мг):	36,6
Углеводы (г):	15,16	Fe (мг):	2,34
Эн. ценность (ккал)	270	C (мг):	8,86

Технология приготовления

Мясо нарезают ломтиками, картофель и лук кубиками. Затем мясо тушат, 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, закрывают крышкой и тушат до готовности.

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) № 67

Наименование кулинарного изделия (блюда): винегрет овощной

Номер рецептуры: 67

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	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября по 31 октября	29	29	2,9	2,9
С 1 ноября по 31 декабря	31	31	3,1	3,1
С 1 января по 28-29 февраля	33	33	3,3	3,3
С 1 марта	36	36	3,6	3,6
Масса отварного очищенного картофеля		21		2,1
Свекла				
До 1 января	19	19	1,9	1,9
С 1 января	20	20	2,0	2,0
Масса отварной очищенной свеклы		15		1,5
Морковь				
До 1 января	12,6	12,6	1,26	1,26
С 1 января	13,4	13,4	1,34	1,34
Масса отварной очищенной моркови		10		1,0
Огурцы соленые	27/19	15	2,7/1,9	1,5
Капуста свежая*	9	7	0,9	0,7
Зеленый горошек	15	10	1,5	1,0
Лук репчатый	18	15	1,8	1,5
Масло растительное	10	10	1,0	1,0
Выход		100		10,0

*капусту белокочанную с 1 марта можно заменить на любой из овощей по рецептуре.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	1,6	Ca (мг):	25,35
Жиры (г):	10,13	Mg (мг):	19,43
Углеводы (г):	8,08	Fe (мг):	0,78
Эн. ценность (ккал)	130	C (мг):	11,1

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября по 31 октября	29	29	2,9	2,9
С 1 ноября по 31 декабря	31	31	3,1	3,1
С 1 января по 28-29 февраля	33	33	3,3	3,3
С 1 марта	36	36	3,6	3,6
Масса отварного очищенного картофеля		21		2,1
Свекла				
До 1 января	19	19	1,9	1,9
С 1 января	20	20	2,0	2,0
Масса отварной очищенной свеклы		15		1,5
Морковь				
До 1 января	12,6	12,6	1,26	1,26
С 1 января	13,4	13,4	1,34	1,34
Масса отварной очищенной моркови		10		1,0
Огурцы соленые	27/19	15	2,7/1,9	1,5
Капуста свежая*	9	7	0,9	0,7
Зеленый горошек	15	10	1,5	1,0
Лук репчатый	18	15	1,8	1,5

Масло растительное	10	10	1,0	1,0
Выход		100		10,0

*капусту белокочанную с 1 марта можно заменить на любой из овощей по рецептуре.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	1,6	Ca (мг):	25,35
Жиры (г):	10,13	Mg (мг):	19,43
Углеводы (г):	8,08	Fe (мг):	0,78
Эн. ценность (ккал)	130	C (мг):	11,1

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

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

Вареные очищенные картофель, свеклу и морковь, соленые огурцы нарезают ломтиками, капусту свежую шинкуют, консервированный зеленый горошек кипятят в собственном соку с момента закипания, отвар сливают. Лук репчатый мелко рубят, бланшируют. Подготовленные овощи соединяют, добавляют масло растительное, перемешивают.

Температура подачи не выше 14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма нарезки сохранена, салат полит маслом растительным.

Консистенция: капусты, огурцов – хрустящая; картофеля, свеклы, моркови, зеленого горошка - мягкая.

Цвет: соответствует овощам, входящим в блюдо.

Вкус: соответствует овощам, входящим в блюдо, солоноватый.

Запах: овощей в сочетании с растительным маслом.