

## Сборники рецептов, которые были использованы в меню:

Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г.

Полуфабрикаты

## Список блюд(всего 61):

### Салат из белокочанной капусты

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

Наименование изделия: Салат из белокочанной капусты

Номер рецептуры: 54-7з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

#### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	7.5	6.0	0.08	0.01	0.41	2.0
2	Капуста белокочанная	93.8	75.0	1.35	0.08	3.53	20.2
3	Лук репчатый	7.5	6.0	0.08	0.01	0.49	2.4
4	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.99	0.00	53.9
5	Сахар-песок	1.8	1.8	0.00	0.00	1.80	7.2
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
<b>Выход:</b>			<b>60</b>	<b>1.51</b>	<b>6.09</b>	<b>6.24</b>	<b>85.7</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Морковь	0.00	0.00	72.00	0.05	0	1	10	1	2	3	0	0.3	0.0
2	Капуста белокочанная	0.02	0.02	1.35	0.42	14	7	187	32	10	20	0	2.2	0.2
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	9	2	1	3	0	0.2	0.0
4	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0

7	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.02</b>	<b>73.35</b>	<b>0.49</b>	<b>14</b>	<b>67</b>	<b>206</b>	<b>36</b>	<b>13</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>10.7</b>	<b>0.2</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

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

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

#### **Характеристика блюда на выходе:**

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

## **Огурец в нарезке**

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-2з

**Наименование изделия:** Огурец в нарезке

**Номер рецептуры:** 54-2з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

#### **Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Огурец	75.0	60.0	0.48	0.06	1.50	8.5
<b>Выход:</b>			<b>60</b>	<b>0.48</b>	<b>0.06</b>	<b>1.5</b>	<b>8.5</b>

#### **Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Огурец	0.01	0.02	3.60	0.10	2	4	70	12	7	22	0	1.8	0.2
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.02</b>	<b>3.6</b>	<b>0.1</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>70</b>	<b>12</b>	<b>7</b>	<b>22</b>	<b>0</b>	<b>1.8</b>	<b>0.2</b>



7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	44	0	0	0	0	0	6.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.01</b>	<b>72.89</b>	<b>0.32</b>	<b>1</b>	<b>201</b>	<b>128</b>	<b>11</b>	<b>10</b>	<b>22</b>	<b>0</b>	<b>7.9</b>	<b>0.1</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Свеклу перебирают, промывают проточной водой, обрезают, запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, нарезают на овощерезке на кубики. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками. Морковь перебирают, моют, чистят, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками. Огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками 1 x 6 мм, отжимают. Лук репчатый перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и нарезают на мелкие кубики, бланшируют. Все овощи, за исключением свеклы, соединяют, заправляют растительным маслом и солью. Свеклу заправляют растительным маслом отдельно, затем соединяют с остальными овощами, хорошо перемешивают. Температура подачи: 14 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - овощи аккуратно нарезаны; консистенция: вареные овощи - мягкие, сырые - слегка хрустящие; цвет - соответствует виду овощей; вкус и запах - соответствуют виду овощей.

## Сыр твердых сортов в нарезке

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-13

**Наименование изделия:** Сыр твердых сортов в нарезке

**Номер рецептуры:** 54-13

**Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сыр российский	31.2	30.0	6.96	8.85	0.00	107.5
<b>Выход:</b>			<b>30</b>	<b>6.96</b>	<b>8.85</b>	<b>0</b>	<b>107.5</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сыр российский	0.01	0.07	46.80	0.07	0	185	22	232	9	131	0	0.0	3.8
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.07</b>	<b>46.8</b>	<b>0.07</b>	<b>0</b>	<b>185</b>	<b>22</b>	<b>232</b>	<b>9</b>	<b>131</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>3.8</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного

покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2-3 мм. Сыр нарезают не ранее чем за 30-40 мин до отпуска. Перед раздачей порционированный сыр хранят в холодильнике. Температура подачи: 14 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - форма нарезки сохранена; вкус, цвет и запах - соответствуют используемому продукту.

## Салат из белокочанной капусты с морковью

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

Наименование изделия: Салат из белокочанной капусты с морковью

Номер рецептуры: 54-8з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	7.5	6.0	0.08	0.01	0.41	2.0
2	Капуста белокочанная	63.0	50.4	0.91	0.05	2.37	13.6
3	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.99	0.00	53.9
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.99	12.0
5	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	3.0	3.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
<b>Выход:</b>			<b>60</b>	<b>0.99</b>	<b>6.05</b>	<b>5.78</b>	<b>81.5</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Морковь	0.00	0.00	72.00	0.05	0	1	10	1	2	3	0	0.3	0.0
2	Капуста белокочанная	0.01	0.02	0.91	0.28	9	5	125	21	7	14	0	1.5	0.1
3	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	1	0	0	0	0.0	0.0

7	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.02</b>	<b>72.91</b>	<b>0.33</b>	<b>9</b>	<b>65</b>	<b>135</b>	<b>24</b>	<b>9</b>	<b>17</b>	<b>0</b>	<b>9.8</b>	<b>0.1</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

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

**Характеристика блюда на выходе:**

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

## Масло сливочное (порциями)

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 53-19з

**Наименование изделия:** Масло сливочное (порциями)

**Номер рецептуры:** 53-19з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	15.0	15.0	0.12	10.88	0.20	99.1
<b>Выход:</b>			<b>15</b>	<b>0.12</b>	<b>10.88</b>	<b>0.2</b>	<b>99.1</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	40.50	0.02	0	2	4	3	0	4	0	0.0	0.1
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.01</b>	<b>40.5</b>	<b>0.02</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0.1</b>

**Способ обработки:**Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Масло нарезают на кусочки. Перед раздачей порционированное масло хранят в холодильнике. Температура подачи: 14 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Консистенция – твердая; масса однородная; вкус и запах – сливочного масла.

## Салат из моркови и чернослива

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-17з

**Наименование изделия:**Салат из моркови и чернослива

**Номер рецептуры:**54-17з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	56.2	45.0	0.59	0.05	3.11	15.2
2	Чернослив	16.1	15.0	0.34	0.10	8.62	36.8
3	Сахар-песок	1.2	1.2	0.00	0.00	1.20	4.8
<b>Выход:</b>			<b>60</b>	<b>0.93</b>	<b>0.15</b>	<b>12.93</b>	<b>56.8</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Морковь	0.02	0.03	540.00	0.36	1	7	75	11	15	22	0	2.2	0.0
2	Чернослив	0.00	0.01	0.90	0.20	0	1	108	11	13	11	0	0.1	0.0
3	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.04</b>	<b>540.9</b>	<b>0.56</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	<b>183</b>	<b>22</b>	<b>28</b>	<b>33</b>	<b>0</b>	<b>2.3</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:**Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Чернослив перебирают промывают в теплой воде, замачивают на 20-30 мин. в горячей воде, удаляют косточки и нарезают кусочками. Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Морковь и чернослив смешивают в одной емкости и добавляют сахар. Температура подачи: 14 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид – овощи аккуратно нарезаны; консистенция – сочная; вкус, цвет и запах – свойственные моркови и черносливу.

## Салат из моркови и яблок

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

Наименование изделия: Салат из моркови и яблок

Номер рецептуры: 54-11з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	45.8	36.6	0.48	0.04	2.53	12.3
2	Яблоко	20.3	18.0	0.07	0.07	1.76	8.0
3	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.99	0.00	53.9
4	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>60</b>	<b>0.55</b>	<b>6.1</b>	<b>4.29</b>	<b>74.2</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Морковь	0.02	0.02	439.20	0.29	1	6	61	9	12	18	0	1.8	0.0
2	Яблоко	0.00	0.00	0.54	0.04	1	4	42	3	1	2	0	0.4	0.0
3	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.02</b>	<b>439.74</b>	<b>0.33</b>	<b>2</b>	<b>69</b>	<b>103</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	<b>10.2</b>	<b>0</b>

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

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

### Характеристика блюда на выходе:

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



## Помидор в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3з

Наименование изделия: Помидор в нарезке

Номер рецептуры: 54-3з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томат	67.8	60.0	0.66	0.12	2.28	12.8
<b>Выход:</b>			<b>60</b>	<b>0.66</b>	<b>0.12</b>	<b>2.28</b>	<b>12.8</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Томат	0.03	0.02	47.88	0.34	6	1	144	7	10	14	0	1.2	0.2
<b>Итого</b>		<b>0.03</b>	<b>0.02</b>	<b>47.88</b>	<b>0.34</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>144</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>0</b>	<b>1.2</b>	<b>0.2</b>

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Помидоры перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками или кружочками, раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - помидоры нарезаны дольками или кружочками; цвет - красный; вкус и запах - свойственные помидорам.

## Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10с

Наименование изделия: Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)

Номер рецептуры: 54-10с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа перловая	10.0	10.0	0.87	0.10	6.09	28.7
2	Картофель	36.2	25.0	0.47	0.09	3.71	17.5
3	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
4	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
5	Капуста белокочанная	37.5	30.0	0.51	0.03	1.28	7.4
6	Сметана 15.0%	12.5	12.5	0.31	1.65	0.41	17.7
7	Масло подсолнечное	5.0	5.0	0.00	4.40	0.00	39.6
8	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
10	Бульон	212.5	212.5	3.99	0.94	0.58	26.7
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>6.4</b>	<b>7.24</b>	<b>13.47</b>	<b>144.5</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа перловая	0.01	0.00	0.00	0.30	0	1	14	3	3	28	0	0.0	3.3
2	Картофель	0.02	0.01	0.45	0.36	2	1	118	2	5	13	0	1.2	0.1
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
4	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
5	Капуста белокочанная	0.01	0.01	0.54	0.17	5	3	75	13	4	8	0	0.9	0.1
6	Сметана 15.0%	0.00	0.01	8.03	0.06	0	4	12	10	1	7	0	1.1	0.0
7	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>129.11</b>	<b>1.01</b>	<b>7</b>	<b>121</b>	<b>251</b>	<b>34</b>	<b>17</b>	<b>66</b>	<b>0</b>	<b>19</b>	<b>3.5</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Крупу перловую перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла. Крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают. В кипящий бульон (или воду) кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем добавляют капусту,

картофель. За 10 минут до окончания варки добавляют пассерованные морковь и лук, варят суп до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель и овощи сохранили форму нарезки, крупа хорошо разварена, но не потеряла форму; консистенция: картофель, овощи, крупа - мягкие; цвет - бульон светлый, полупрозрачный; запах - овощей и крупы.

## Суп фасолевый

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-9с

**Наименование изделия:** Суп фасолевый

**Номер рецептуры:** 54-9с

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

#### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Фасоль	20.0	20.0	3.95	0.35	8.55	53.2
2	Картофель	72.5	50.0	0.94	0.18	7.42	35.0
3	Морковь	15.6	12.5	0.15	0.01	0.78	3.8
4	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
5	Масло подсолнечное	5.0	5.0	0.00	4.40	0.00	39.6
6	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
8	Бульон	175.0	175.0	3.29	0.77	0.48	22.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>8.46</b>	<b>5.73</b>	<b>18</b>	<b>157.4</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Фасоль	0.07	0.03	0.00	1.02	0	6	183	26	18	84	1	2.4	4.4
2	Картофель	0.04	0.03	0.90	0.72	4	2	236	4	10	25	0	2.5	0.1
3	Морковь	0.01	0.01	150.00	0.10	0	2	21	3	4	6	0	0.6	0.0
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
5	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0

7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.12</b>	<b>0.07</b>	<b>150.99</b>	<b>1.88</b>	<b>4</b>	<b>120</b>	<b>455</b>	<b>37</b>	<b>33</b>	<b>120</b>	<b>1</b>	<b>20.8</b>	<b>4.5</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Фасоль перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла. Подготовленную фасоль кладут в бульон (или воду) доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, пассерованные морковь и лук и варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - картофель и овощи сохранили форму нарезки, фасоль - в виде цельных, не разваренных зерен; консистенция - картофель, фасоль и овощи - мягкие; цвет бульона - соответствует цвету фасоли; вкус и запах - свойственные фасоли.

## Каша жидкая молочная рисовая

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-25.1к

**Наименование изделия:** Каша жидкая молочная рисовая

**Номер рецептуры:** 54-25.1к

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	38.5	38.5	2.53	0.34	25.93	116.9
2	Молоко 2.5% м.д.ж	147.5	147.5	4.02	3.25	6.44	71.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.0	5.0	0.04	3.19	0.06	29.1
4	Сахар-песок	3.8	3.8	0.00	0.00	3.41	13.6
5	Соль поваренная йодированная	1.2	1.2	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	72.5	72.5	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>6.59</b>	<b>6.78</b>	<b>35.84</b>	<b>230.7</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.02	0.01	0.00	1.02	0	4	32	3	17	50	0	0.5	5.1
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.18	19.47	0.94	1	56	179	156	18	115	0	13.3	2.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.50	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	368	0	4	0	1	0	50.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	22	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.06</b>	<b>0.19</b>	<b>32.97</b>	<b>1.97</b>	<b>1</b>	<b>429</b>	<b>212</b>	<b>186</b>	<b>35</b>	<b>167</b>	<b>0</b>	<b>63.8</b>	<b>7.7</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Рисовую крупу перебирают, промывают под проточной водой. В кипящую воду добавляют соль, сахар, всыпают подготовленный рис и варят, слегка помешивая, около 20 мин. при слабом кипении, до размягчения. Добавляют горячее молоко и продолжают варить кашу при слабом кипении до загустения, затем упаривают при закрытой крышке на водяной бане. В конце варки добавляют сливочное масло и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - каша однородная, текучая, зерна мягкие, без комков; консистенция - жидкая, текучая; цвет - белый; вкус и запах - каши и масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

## Свекольник (со сметаной)

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-18с

**Наименование изделия:** Свекольник (со сметаной)

**Номер рецептуры:** 54-18с

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	70.7	48.8	0.92	0.17	7.24	34.2
2	Лук репчатый	12.2	9.8	0.13	0.02	0.73	3.6
3	Морковь	6.1	4.9	0.06	0.00	0.31	1.5
4	Свекла	66.3	48.8	0.69	0.04	3.91	18.8
5	Томатное пюре	9.0	9.0	0.31	0.00	0.97	5.1

6	Сметана 15.0%	6.1	6.1	0.15	0.80	0.20	8.6
7	Масло подсолнечное	4.9	4.9	0.00	4.29	0.00	38.6
8	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.0
10	Вода	170.7	170.7	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>2.26</b>	<b>5.32</b>	<b>13.37</b>	<b>110.4</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.04	0.03	0.88	0.70	4	2	230	4	10	25	0	2.4	0.1
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	14	3	1	5	0	0.3	0.0
3	Морковь	0.00	0.00	58.54	0.04	0	1	8	1	2	2	0	0.2	0.0
4	Свекла	0.01	0.02	0.59	0.08	2	17	117	16	9	18	1	3.4	0.3
5	Томатное пюре	0.00	0.00	10.83	0.08	1	1	50	2	4	5	0	0.0	0.1
6	Сметана 15.0%	0.00	0.00	3.91	0.03	0	2	6	5	0	3	0	0.5	0.0
7	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.02	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	53	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.05</b>	<b>0.05</b>	<b>74.77</b>	<b>0.97</b>	<b>7</b>	<b>133</b>	<b>425</b>	<b>85</b>	<b>26</b>	<b>58</b>	<b>1</b>	<b>21.8</b>	<b>0.5</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают брусочками (кубиками). Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Морковь и лук пассеруют. В кипящий бульон закладывают картофель, вареную свеклу, пассерованный лук с морковью, томатную пасту, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - бульон темно-розового цвета, на поверхности жидкой части сметана, форма овощей сохранена, консистенция мягкая; вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат овощей.

## Суп молочный с рисом

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-18к

**Наименование изделия:**Суп молочный с рисом

**Номер рецептуры:**54-18к

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	20.0	20.0	1.32	0.18	13.47	60.7
2	Молоко 2.5% м.д.ж	175.0	175.0	4.77	3.85	7.64	84.3
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	2.5	2.5	0.02	1.59	0.03	14.5
4	Сахар-песок	2.0	2.0	0.00	0.00	1.82	7.3
5	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	75.0	75.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>6.11</b>	<b>5.62</b>	<b>22.96</b>	<b>166.8</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.01	0.01	0.00	0.53	0	2	17	1	9	26	0	0.3	2.7
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.05	0.21	23.10	1.12	1	67	212	185	21	137	0	15.8	3.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	6.75	0.00	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	74	0	1	0	0	0	10.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	23	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.06</b>	<b>0.22</b>	<b>29.85</b>	<b>1.65</b>	<b>1</b>	<b>143</b>	<b>230</b>	<b>211</b>	<b>30</b>	<b>164</b>	<b>0</b>	<b>26.1</b>	<b>5.8</b>

**Способ обработки:**Варка

**Технология приготовления:** Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Крупу варят в подсоленной воде 10-15 минут до полуготовности, затем добавляют горячее молоко, растопленное сливочное масло, сахар, соль и варят до готовности. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - крупа хорошо набухла, но не разварилась; консистенция, цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию супа.

**Борщ с капустой и картофелем со сметаной**





11	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
12	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
13	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
14	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.04</b>	<b>0.05</b>	<b>168.33</b>	<b>0.74</b>	<b>9</b>	<b>134</b>	<b>331</b>	<b>41</b>	<b>24</b>	<b>53</b>	<b>0</b>	<b>21.4</b>	<b>0.3</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, варят 10 мин., затем закладывают картофель, вареную свеклу, коренья, пассерованный лук с морковью, томатное пюре, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности борщ заправляют солью, сахаром, лимонной кислотой. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - на поверхности блески жира светло-желтого цвета, овощи аккуратно нашинкованы, нарезка сохранилась; вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

## Суп картофельный с клецками

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-6с

**Наименование изделия:** Суп картофельный с клецками

**Номер рецептуры:** 54-6с

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	7.7	7.7	0.78	0.09	4.90	23.5
2	Картофель	72.5	50.0	0.94	0.18	7.42	35.0
3	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7

4	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.9	0.9	0.01	0.56	0.01	5.1
6	Масло подсолнечное	2.5	2.5	0.00	2.20	0.00	19.8
7	Яйцо куриное	2.4	2.2	0.26	0.22	0.01	3.1
8	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
10	Вода	11.4	11.4	0.00	0.00	0.00	0.0
11	Бульон	187.5	187.5	3.52	0.82	0.51	23.6
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>5.76</b>	<b>4.1</b>	<b>14.25</b>	<b>117</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.01	0.00	0.00	0.07	0	0	8	1	1	6	0	0.1	0.4
2	Картофель	0.04	0.03	0.90	0.72	4	2	236	4	10	25	0	2.5	0.1
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
4	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	2.36	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Яйцо куриное	0.00	0.01	3.43	0.06	0	2	3	1	0	4	0	0.4	0.6
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	66	0	1	0	0	0	9.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	4	0	0	0	0.0	0.0
11	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.05</b>	<b>0.05</b>	<b>126.78</b>	<b>0.97</b>	<b>4</b>	<b>72</b>	<b>279</b>	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>45</b>	<b>0</b>	<b>12.8</b>	<b>1.1</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью. В кипящий бульон (или воду) кладут нарезанный кубиками картофель и варят 5 минут, затем добавляют нарезанную морковь, лук, припущенные с добавлением масла и варят еще 10 минут. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 минуты до готовности добавляют лавровый лист. Тесто для клецок - яйца взбивают, добавляют соль, воду, растопленное масло; подготовленную массу вливают в муку, размешивают, получается тесто консистенцией как на оладьи. Тесто массой по 5- 10 г, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят 7 минут, откидывают и сразу же раскладывают в тарелки порционно. В тарелки с разложенными клецками наливают суп. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

## Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель и овощи сохранили форму нарезки, клецки одинакового размера; консистенция - картофель и овощи - мягкие, клецки - упругие; цвет бульона - прозрачный; вкус - свойственный картофельному супу; запах - овощей и картофеля.

## Каша жидкая молочная манная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-27к

Наименование изделия: Каша жидкая молочная манная

Номер рецептуры: 54-27к

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа манная	31.2	31.2	3.03	0.28	20.08	94.9
2	Молоко 2.5% м.д.ж	132.5	132.5	3.61	2.92	5.79	63.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.2	6.2	0.05	3.99	0.07	36.4
4	Сахар-песок	6.2	6.2	0.00	0.00	5.68	22.7
5	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	93.8	93.8	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>6.69</b>	<b>7.19</b>	<b>31.62</b>	<b>217.8</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа манная	0.03	0.01	0.00	0.75	0	1	34	6	5	23	0	0.0	0.0
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.16	17.49	0.85	1	50	161	140	16	104	0	11.9	2.3
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	16.88	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	221	0	2	0	0	0	30.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	29	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.07</b>	<b>0.18</b>	<b>34.37</b>	<b>1.61</b>	<b>1</b>	<b>273</b>	<b>197</b>	<b>178</b>	<b>21</b>	<b>129</b>	<b>0</b>	<b>41.9</b>	<b>2.4</b>

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Молоко доводят до кипения, добавляют в него кипящую воду,

йодированную соль, сахар, когда смесь закипит, быстро всыпают, при постоянном помешивании, тонкой струей манную крупу. Варят 15 минут. Манная крупа заваривается через 20-30 сек и, если не всыпать крупу за это время, образуются комки. Сливочное масло необходимо добавить в кашу за 2 минуты до готовности и тщательно перемешать. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы полностью набухшие; консистенция - жидкая, каша растекается по тарелке; цвет - белый; вкус и запах - без посторонних привкусов и запахов.

### Каша жидкая молочная пшенная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-24к

Наименование изделия: Каша жидкая молочная пшенная

Номер рецептуры: 54-24к

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

#### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа пшенная	62.5	62.5	6.76	1.81	37.82	194.6
2	Молоко 2.5% м.д.ж	130.0	130.0	3.54	2.86	5.68	62.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	12.5	12.5	0.09	7.97	0.15	72.7
4	Сахар-песок	3.8	3.8	0.00	0.00	3.41	13.6
5	Соль поваренная йодированная	1.2	1.2	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	65.0	65.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>10.39</b>	<b>12.64</b>	<b>47.06</b>	<b>343.5</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа пшенная	0.19	0.02	1.12	2.30	0	5	109	15	45	127	1	2.8	1.5
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.16	17.16	0.83	1	49	158	137	16	102	0	11.7	2.3
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	33.75	0.02	0	1	3	3	0	3	0	0.0	0.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	368	0	4	0	1	0	50.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	20	0	0	0	0.0	0.0



1	Макаронные изделия высшего сорта	0.01	0.00	0.00	0.23	0	0	10	2	1	8	0	0.2	0.0
2	Картофель	0.09	0.06	1.80	1.44	8	4	471	9	20	50	1	5.0	0.2
3	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
5	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.1</b>	<b>0.07</b>	<b>121.89</b>	<b>1.79</b>	<b>8</b>	<b>116</b>	<b>513</b>	<b>17</b>	<b>25</b>	<b>68</b>	<b>1</b>	<b>21</b>	<b>0.2</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) кладут картофель, и варят 5-10 минут, затем добавляют макаронные изделия и варят ещё 10-15 минут, за 10 минут до окончания варки добавляют бланшированные морковь с луком. Можно макаронные изделия отваривать до полуготовности отдельно, тогда бульон будет прозрачнее. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - картофель, макаронные изделия и овощи сохранили форму нарезки; консистенция - картофель, макаронные изделия и овощи - мягкие; цвет бульона - желтоватый; вкус свойственный картофельному супу; запах - овощей, картофеля и макаронных изделий.

## Каша жидкая молочная кукурузная

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-1к

**Наименование изделия:** Каша жидкая молочная кукурузная

**Номер рецептуры:** 54-1к

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа кукурузная	50.0	50.0	3.90	0.53	32.30	149.6
2	Молоко 2.5% м.д.ж	125.0	125.0	3.41	2.75	5.46	60.2

3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.2	6.2	0.05	3.99	0.07	36.4
4	Сахар-песок	3.8	3.8	0.00	0.00	3.41	13.6
5	Соль поваренная йодированная	1.2	1.2	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	85.0	85.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>		<b>250</b>	<b>7.36</b>	<b>7.27</b>	<b>41.24</b>	<b>259.8</b>	

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа кукурузная	0.05	0.03	9.90	0.84	0	3	61	9	13	47	1	0.0	7.5
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.15	16.50	0.80	1	48	151	132	15	98	0	11.2	2.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	16.88	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	368	0	4	0	1	0	50.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	26	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.09</b>	<b>0.19</b>	<b>43.28</b>	<b>1.65</b>	<b>1</b>	<b>420</b>	<b>214</b>	<b>172</b>	<b>28</b>	<b>148</b>	<b>1</b>	<b>61.2</b>	<b>9.8</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении, помешивая, через 20-30 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар. За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша однородная, текучая, зерна мягкие, без комков; консистенция - жидкая, текучая; цвет - желтоватый; вкус и запах - каши и масла.

## Каша жидкая молочная гречневая

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-20к

**Наименование изделия:** Каша жидкая молочная гречневая

**Номер рецептуры:** 54-20к

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа гречневая ядрица	47.5	47.5	5.63	1.38	24.68	133.6
2	Молоко 2.5% м.д.ж	120.0	120.0	3.27	2.64	5.24	57.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.0	5.0	0.04	3.19	0.06	29.1
4	Сахар-песок	3.8	3.8	0.00	0.00	3.41	13.6
5	Соль поваренная йодированная	1.2	1.2	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	80.0	80.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>8.94</b>	<b>7.21</b>	<b>33.39</b>	<b>234.1</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа гречневая ядрица	0.15	0.08	0.57	2.74	0	1	150	8	83	123	3	1.6	2.4
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.14	15.84	0.77	1	46	145	127	15	94	0	10.8	2.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.50	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	368	0	4	0	1	0	50.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	25	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.18</b>	<b>0.22</b>	<b>29.91</b>	<b>3.52</b>	<b>1</b>	<b>416</b>	<b>296</b>	<b>165</b>	<b>98</b>	<b>219</b>	<b>3</b>	<b>62.4</b>	<b>4.5</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении помешивая, через 20-30 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар. За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - каша однородная, текучая зерна мягкие, без комков; консистенция - жидкая, текучая; цвет - желтоватый; вкус и запах - каши и масла.

**Суп гороховый**

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-25с

**Наименование изделия:** Суп гороховый



Номер рецептуры:54-25с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

#### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горох	20.0	20.0	3.85	0.35	9.01	54.6
2	Картофель	72.5	50.0	0.94	0.18	7.42	35.0
3	Морковь	15.6	12.5	0.15	0.01	0.78	3.8
4	Петрушка (корень)	3.1	2.5	0.04	0.01	0.23	1.2
5	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
6	Масло подсолнечное	2.5	2.5	0.00	2.20	0.00	19.8
7	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
9	Бульон	162.5	162.5	3.05	0.71	0.44	20.4
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>8.16</b>	<b>3.48</b>	<b>18.65</b>	<b>138.6</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Горох	0.12	0.02	0.24	1.04	0	5	145	20	19	57	1	1.0	2.3
2	Картофель	0.04	0.03	0.90	0.72	4	2	236	4	10	25	0	2.5	0.1
3	Морковь	0.01	0.01	150.00	0.10	0	2	21	3	4	6	0	0.6	0.0
4	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.03	0.03	0	0	7	1	0	2	0	0.0	0.0
5	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
8	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.17</b>	<b>0.06</b>	<b>151.26</b>	<b>1.93</b>	<b>4</b>	<b>119</b>	<b>424</b>	<b>32</b>	<b>34</b>	<b>95</b>	<b>1</b>	<b>19.4</b>	<b>2.4</b>

Способ обработки:Варка

**Технология приготовления:** Горох перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой на масле. Подготовленный горох кладут в бульон (или воду) доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, пассерованные с

маслом морковь и петрушку, лук и варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель и овощи сохранили форму нарезки, горох разваренный.  
Консистенция - картофель, горох и овощи - мягкие; цвет бульона - желтоватый; вкус свойственный гороху; запах - гороха.

## Суп из овощей с фрикадельками мясными

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-5с

Наименование изделия: Суп из овощей с фрикадельками мясными

Номер рецептуры: 54-5с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	145.0	100.0	1.88	0.35	14.83	70.0
2	Томатное пюре	2.5	2.5	0.08	0.00	0.27	1.4
3	Лук репчатый	15.6	12.5	0.16	0.02	0.93	4.6
4	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
5	Петрушка (корень)	3.1	2.5	0.04	0.01	0.23	1.2
6	Говядина 1 категории	32.2	28.5	4.98	4.01	0.00	56.0
7	Масло подсолнечное	2.5	2.5	0.00	2.20	0.00	19.8
8	Яйцо куриное	2.2	2.0	0.24	0.20	0.01	2.8
9	Соль поваренная йодированная	0.6	0.6	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
11	Вода	2.5	2.5	0.00	0.00	0.00	0.0
12	Бульон	175.0	175.0	3.29	0.77	0.48	22.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>10.79</b>	<b>7.57</b>	<b>17.4</b>	<b>181</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.09	0.06	1.80	1.44	8	4	471	9	20	50	1	5.0	0.2
2	Томатное пюре	0.00	0.00	3.00	0.02	0	0	14	0	1	2	0	0.0	0.0
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	1	0	18	3	2	6	0	0.4	0.1

4	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
5	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.03	0.03	0	0	7	1	0	2	0	0.0	0.0
6	Говядина 1 категории	0.01	0.03	0.00	1.87	0	14	77	2	5	47	1	2.1	0.0
7	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Яйцо куриное	0.00	0.01	3.12	0.06	0	2	2	1	0	3	0	0.4	0.5
9	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	177	0	2	0	0	0	24.0	0.0
10	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
11	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	1	0	0	0	0.0	0.0
12	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.1</b>	<b>0.11</b>	<b>128.04</b>	<b>3.55</b>	<b>9</b>	<b>199</b>	<b>606</b>	<b>21</b>	<b>31</b>	<b>115</b>	<b>2</b>	<b>32.4</b>	<b>0.8</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют, делят на две части. Одну часть лука бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой, вторую часть (1/5 часть) лука бланшируют отдельно для добавления в мясо. Мясо дефростируют, промывают проточной водой при помощи щетки, нарезают на куски и пропускают через мясорубку (2-3 раза), добавляют мелко рубленый бланшированный лук, яйцо, соль (1/3 часть) и воду, перемешивают и выбивают, затем разделяют на шарики по 7-10 г, укладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и готовят на пару 15-20 минут, или варят в кастрюле - 15-20 минут. Готовые фрикадельки хранят в бульоне, перед отпуском еще раз доводят до кипения. В кипящий бульон (или воду) кладут картофель, нарезанный брусочками. Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассерованный репчатый лук, томатную пасту. Варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. При отпуске в тарелку кладут горячие фрикадельки и наливают суп. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - бульон прозрачный, форма овощей сохранена, консистенция мягкая, фрикадельки - сочные; вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат мяса и овощей.

## Суп молочный с макаронными изделиями

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-19к

**Наименование изделия:** Суп молочный с макаронными изделиями

**Номер рецептуры:** 54-19к

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта	20.0	20.0	2.07	0.23	12.83	61.7
2	Молоко 2.5% м.д.ж	175.0	175.0	4.77	3.85	7.64	84.3
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	2.5	2.5	0.02	1.59	0.03	14.5
4	Сахар-песок	2.0	2.0	0.00	0.00	1.82	7.3
5	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	75.0	75.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>6.86</b>	<b>5.67</b>	<b>22.32</b>	<b>167.8</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Макаронные изделия высшего сорта	0.02	0.01	0.00	0.46	0	0	20	3	3	15	0	0.3	0.0
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.05	0.21	23.10	1.12	1	67	212	185	21	137	0	15.8	3.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	6.75	0.00	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	74	0	1	0	0	0	10.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	23	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.07</b>	<b>0.22</b>	<b>29.85</b>	<b>1.58</b>	<b>1</b>	<b>141</b>	<b>233</b>	<b>213</b>	<b>24</b>	<b>153</b>	<b>0</b>	<b>26.1</b>	<b>3.1</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Макароны варят в подсоленной воде 10-15 минут до полуготовности, воду сливают. Полуготовые макаронные изделия закладывают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар, растопленное сливочное масло и варят до готовности помешивая. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - макаронные изделия сохранили форму; консистенция, цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию супа.

## Борщ с капустой и картофелем

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-22с

**Наименование изделия:** Борщ с капустой и картофелем

**Номер рецептуры:** 54-22с

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	29.0	20.0	0.38	0.07	2.97	14.0
2	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
3	Морковь	15.6	12.5	0.15	0.01	0.78	3.8
4	Свекла	54.4	40.0	0.56	0.04	3.20	15.4
5	Томатное пюре	1.9	1.9	0.06	0.00	0.20	1.1
6	Капуста белокочанная	25.0	20.0	0.34	0.02	0.86	4.9
7	Масло подсолнечное	3.8	3.8	0.00	3.30	0.00	29.7
8	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
10	Бульон	200.0	200.0	3.76	0.88	0.55	25.1
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>5.38</b>	<b>4.34</b>	<b>9.33</b>	<b>97.8</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.02	0.01	0.36	0.29	2	1	94	2	4	10	0	1.0	0.0
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
3	Морковь	0.01	0.01	150.00	0.10	0	2	21	3	4	6	0	0.6	0.0
4	Свекла	0.01	0.01	0.48	0.06	2	14	96	13	8	15	0	2.8	0.2
5	Томатное пюре	0.00	0.00	2.25	0.02	0	0	10	0	1	1	0	0.0	0.0
6	Капуста белокочанная	0.00	0.01	0.36	0.11	4	2	50	8	3	5	0	0.6	0.1
7	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>153.54</b>	<b>0.62</b>	<b>8</b>	<b>129</b>	<b>286</b>	<b>30</b>	<b>21</b>	<b>42</b>	<b>0</b>	<b>20.3</b>	<b>0.3</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют

тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, варят 10 мин., затем закладывают картофель, вареную свеклу, коренья, пассерованный лук с морковью, томатное пюре, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности борщ заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности блески жира светло-желтого цвета, овощи аккуратно нашинкованы, нарезка сохранилась; вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

## Щи из свежей капусты со сметаной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1с

Наименование изделия: Щи из свежей капусты со сметаной

Номер рецептуры: 54-1с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

#### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	2.5	2.5	0.25	0.03	1.59	7.6
2	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
3	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
4	Петрушка (корень)	0.6	0.5	0.01	0.00	0.05	0.2
5	Томатное пюре	1.5	1.5	0.05	0.00	0.16	0.8
6	Капуста белокочанная	87.5	70.0	1.18	0.06	2.99	17.3
7	Сметана 15.0%	12.5	12.5	0.31	1.65	0.41	17.7
8	Масло подсолнечное	5.0	5.0	0.00	4.40	0.00	39.6
9	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
11	Бульон	200.0	200.0	3.76	0.88	0.55	25.1
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>5.81</b>	<b>7.05</b>	<b>7.15</b>	<b>115.2</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	3	0	0	2	0	0.0	0.1
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
3	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
4	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.01	0.01	0	0	1	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Томатное пюре	0.00	0.00	1.80	0.01	0	0	8	0	1	1	0	0.0	0.0
6	Капуста белокочанная	0.02	0.02	1.26	0.39	13	7	174	30	10	19	0	2.1	0.2
7	Сметана 15.0%	0.00	0.01	8.03	0.06	0	4	12	10	1	7	0	1.1	0.0
8	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
10	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
11	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.04</b>	<b>131.19</b>	<b>0.61</b>	<b>13</b>	<b>123</b>	<b>230</b>	<b>46</b>	<b>16</b>	<b>39</b>	<b>0</b>	<b>19</b>	<b>0.3</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь припускают с маслом и небольшим количеством бульона до полуготовности. Нашинкованный лук слегка бланшируют и пассеруют на масле. В кипящий бульон (или воду) кладут капусту, доводят до кипения, добавляют припущенные коренья, лук и варят 20-30 минут. За 5 минут до готовности добавляют соль, бланшированное томатное пюре, подсушенную муку, разведенную водой, и варят до готовности. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус - капусты в сочетании с овощами; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

## Омлет с зеленым горошком

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-2о

**Наименование изделия:** Омлет с зеленым горошком

**Номер рецептуры:** 54-2о

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд

и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

#### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горошек зеленый консерв.	74.9	48.3	1.41	0.09	2.86	17.8
2	Молоко 2.5% м.д.ж	100.0	100.0	2.73	2.20	4.37	48.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	8.3	8.3	0.06	5.32	0.10	48.5
4	Яйцо куриное	110.0	100.0	11.94	10.12	0.64	141.4
5	Соль поваренная йодированная	0.7	0.7	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>16.14</b>	<b>17.73</b>	<b>7.97</b>	<b>255.9</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Горошек зеленый консерв.	0.04	0.02	14.50	0.27	2	132	40	9	9	26	0	0.0	0.6
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	13.20	0.64	1	38	121	106	12	78	0	9.0	1.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	22.50	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
4	Яйцо куриное	0.05	0.35	156.00	2.88	0	102	116	48	10	167	2	20.0	27.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	196	0	2	0	0	0	26.7	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.12</b>	<b>0.5</b>	<b>206.2</b>	<b>3.8</b>	<b>3</b>	<b>469</b>	<b>279</b>	<b>167</b>	<b>31</b>	<b>273</b>	<b>2</b>	<b>55.7</b>	<b>29.5</b>

**Способ обработки:** Запекание

**Технология приготовления:** Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Зеленый горошек консервированный доводят до кипения в отваре при открытой крышке, отвар сливают, горошек охлаждают и вводят в яичную массу. Затем яичную массу выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки. Омлет можно варить на пару 25-30 мин. Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена, горошек распределен равномерно; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.



# Омлет натуральный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1о

Наименование изделия: Омлет натуральный

Номер рецептуры: 54-1о

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

## Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	96.2	96.2	2.62	2.12	4.20	46.3
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	19.3	19.3	0.14	12.28	0.23	112.0
3	Яйцо куриное	169.2	153.8	18.36	15.57	0.98	217.5
4	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>21.12</b>	<b>29.97</b>	<b>5.41</b>	<b>375.8</b>

## Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	12.69	0.62	1	37	117	102	12	75	0	8.7	1.7
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.02	51.98	0.03	0	2	5	4	0	5	0	0.0	0.2
3	Яйцо куриное	0.08	0.54	239.98	4.43	0	157	179	74	16	257	3	30.8	41.6
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	221	0	2	0	0	0	30.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.11</b>	<b>0.68</b>	<b>304.65</b>	<b>5.08</b>	<b>1</b>	<b>417</b>	<b>301</b>	<b>182</b>	<b>28</b>	<b>337</b>	<b>3</b>	<b>69.5</b>	<b>43.5</b>

Способ обработки: Запекание

**Технология приготовления:** Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Затем яичную массу выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки. Омлет можно варить на пару 25-30 мин. Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

## Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; цвет - золотисто-желтый; вкус и запах - соответствуют наименованию

блюда.

## Яйцо вареное

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-60

**Наименование изделия:** Яйцо вареное

**Номер рецептуры:** 54-60

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Яйцо куриное	44.0	40.0	4.78	4.05	0.25	56.6
<b>Выход:</b>			<b>40</b>	<b>4.78</b>	<b>4.05</b>	<b>0.25</b>	<b>56.6</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Яйцо куриное	0.02	0.14	62.40	1.15	0	41	46	19	4	67	1	8.0	10.8
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.14</b>	<b>62.4</b>	<b>1.15</b>	<b>0</b>	<b>41</b>	<b>46</b>	<b>19</b>	<b>4</b>	<b>67</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	<b>10.8</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Яйца обрабатывают, погружают в кипящую подсоленную воду и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. После варки яйца погружают в холодную воду. Температура подачи: 16 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - овальной формы, без трещин на поверхности; вкус свежего вареного яйца, приятный.

## Рис отварной

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

**Наименование изделия:** Рис отварной

**Номер рецептуры:** 54-6г

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	90.0	90.0	5.92	0.79	60.61	273.2
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	11.3	11.3	0.09	7.23	0.13	66.0
3	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	540.0	540.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>6.01</b>	<b>8.02</b>	<b>60.74</b>	<b>339.2</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.05	0.03	0.00	2.38	0	8	75	6	39	117	1	1.3	12.0
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	30.60	0.02	0	1	3	2	0	3	0	0.0	0.1
3	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	245	0	3	0	1	0	33.3	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	166	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.05</b>	<b>0.04</b>	<b>30.6</b>	<b>2.4</b>	<b>0</b>	<b>254</b>	<b>78</b>	<b>177</b>	<b>39</b>	<b>121</b>	<b>1</b>	<b>34.6</b>	<b>12.1</b>

**Способ обработки:**Варка

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

**Характеристика блюда на выходе:**

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

**Макароньы отварные****Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-1г**Наименование изделия:**Макароньы отварные**Номер рецептуры:**54-1г

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта	51.0	51.0	5.27	0.58	32.72	157.2
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	306.0	306.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>150</b>	<b>5.32</b>	<b>4.92</b>	<b>32.8</b>	<b>196.8</b>

**Витамины и минеральные вещества**

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

**Способ обработки:**Варка

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

**Характеристика блюда на выходе:**

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

**Картофельное пюре****Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-11г**Наименование изделия:**Картофельное пюре**Номер рецептуры:**54-11г

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	243.6	168.0	3.16	0.59	24.92	117.6
2	Молоко 2.5% м.д.ж	32.0	32.0	0.87	0.70	1.40	15.4
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	9.1	9.1	0.07	5.78	0.11	52.8
4	Соль поваренная йодированная	0.7	0.7	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>4.1</b>	<b>7.07</b>	<b>26.43</b>	<b>185.8</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.15	0.09	3.02	2.42	13	6	792	15	34	85	1	8.4	0.4
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.04	4.22	0.20	0	12	39	34	4	25	0	2.9	0.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	24.48	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	196	0	2	0	0	0	26.7	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.16</b>	<b>0.14</b>	<b>31.72</b>	<b>2.63</b>	<b>13</b>	<b>215</b>	<b>833</b>	<b>53</b>	<b>38</b>	<b>112</b>	<b>1</b>	<b>38</b>	<b>1.1</b>

**Способ обработки:**Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, крупные клубни нарезают дольками, мелкие - целиком укладывают в посуду (слоем 50 см), заливают горячей водой, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают, пропускают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 градусов Цельсия. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, растопленное сливочное масло. Пюре доводят до температуры 100 градусов Цельсия, постоянно помешивая, и прогревают 5-6 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - однородная масса без комочков не протертого картофеля; консистенция - густая, пышная; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

## Горошница

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-21г

**Наименование изделия:**Горошница

Номер рецептуры:54-21г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горох	75.0	75.0	14.45	1.32	33.78	204.8
2	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
3	Вода	154.0	154.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>150</b>	<b>14.45</b>	<b>1.32</b>	<b>33.78</b>	<b>204.8</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Горох	0.44	0.09	0.90	3.90	0	19	543	76	70	215	4	3.8	8.6
2	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	47	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.44</b>	<b>0.09</b>	<b>0.9</b>	<b>3.9</b>	<b>0</b>	<b>166</b>	<b>543</b>	<b>125</b>	<b>70</b>	<b>215</b>	<b>4</b>	<b>23.8</b>	<b>8.6</b>

Способ обработки:Запекание

**Технология приготовления:** Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении 60-90 мин. Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того как горох станет целиком мягким (допускается разваривание гороха), варку прекращают, отвар сливают, добавляют йодированную соль. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид: часть зерен разварена часть целая, не допускается в блюде содержание твердых зерен; консистенция: мягкая; цвет: желтый.

## Каша гречневая рассыпчатая

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

Наименование изделия:Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры:54-4г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа гречневая ядрица	69.0	69.0	8.17	2.00	35.85	194.1
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	102.0	102.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>150</b>	<b>8.22</b>	<b>6.34</b>	<b>35.93</b>	<b>233.7</b>

**Витамины и минеральные вещества**

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

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывающие пустые зерна удаляют (ситечком) и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, помешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или водяной бане (температура 100о С) или в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия. Затем вливают растопленное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой, уваривают еще 3-4 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

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

**Курица отварная**

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-21м

**Наименование изделия:** Курица отварная

**Номер рецептуры:** 54-21м

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лук репчатый	4.5	4.0	0.05	0.01	0.30	1.5
2	Петрушка (зелень)	4.5	4.0	0.14	0.01	0.28	1.8
3	Куриная грудка (филе)	162.7	144.0	31.94	2.41	0.52	151.5
4	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Вода	360.0	360.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>100</b>	<b>32.13</b>	<b>2.43</b>	<b>1.1</b>	<b>154.8</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	6	1	0	2	0	0.1	0.0
2	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	22.80	0.02	2	1	27	9	3	3	0	0.2	0.0
3	Куриная грудка (филе)	0.07	0.08	7.78	8.87	1	66	349	10	108	214	2	8.6	28.9
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	111	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.07</b>	<b>0.08</b>	<b>30.58</b>	<b>8.91</b>	<b>3</b>	<b>214</b>	<b>382</b>	<b>133</b>	<b>111</b>	<b>219</b>	<b>2</b>	<b>28.9</b>	<b>28.9</b>

**Способ обработки:**Варка

**Технология приготовления:** Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски и кладут в горячую воду, доводят до кипения, затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанную зелень, лук, соль и варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего мясо вынимают из бульона, дают ему остыть и нарубают на порции. Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения и кипятят 5-7 минут. Хранят отварную птицу на мармите не более 2 часов. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - аккуратно нарубленные куски отварной птицы; консистенция: нежная, сочная; цвет - светло-кремовый или серовато-белый; вкус и запах - характерный для отварной птицы, умеренно соленый; консистенция - нежная, мягкая, сочная.

**Жаркое по-домашнему из курицы**



**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-28м****Наименование изделия:**Жаркое по-домашнему из курицы**Номер рецептуры:**54-28м**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	188.1	129.8	2.44	0.46	19.25	90.9
2	Томатное пюре	8.1	8.1	0.27	0.00	0.87	4.6
3	Лук репчатый	21.6	17.2	0.23	0.03	1.29	6.3
4	Куриная грудка (филе)	142.7	126.2	28.01	2.11	0.46	132.9
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	8.1	8.1	0.06	5.18	0.10	47.3
6	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.1
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>31.01</b>	<b>7.78</b>	<b>21.98</b>	<b>282.1</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.11	0.07	2.34	1.87	10	5	612	11	26	65	1	6.5	0.3
2	Томатное пюре	0.00	0.00	9.75	0.07	1	1	45	1	3	5	0	0.0	0.1
3	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.07	1	1	25	5	2	9	0	0.5	0.1
4	Куриная грудка (филе)	0.06	0.07	6.82	7.78	1	58	306	9	94	188	2	7.6	25.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	21.94	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.06	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.18</b>	<b>0.15</b>	<b>40.91</b>	<b>9.8</b>	<b>13</b>	<b>360</b>	<b>990</b>	<b>31</b>	<b>125</b>	<b>270</b>	<b>3</b>	<b>54.6</b>	<b>25.9</b>

**Способ обработки:**Тушение**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками, бланшируют, пассеруют с добавлением масла сливочного. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, поперек волокон порционно из расчета по 2 куса на порцию, массой по 30-40 г, мясо запекают до образования легкой румяной корочки. Запеченное мясо и овощи кладут в электросковороду слоями, чтобы сверху и снизу мяса были

овоци, добавляют томатное пюре, соль и воду (продукты должны быть покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

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

## Жаркое по-домашнему

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9м

Наименование изделия: Жаркое по-домашнему

Номер рецептуры: 54-9м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	188.1	129.8	2.44	0.46	19.25	90.9
2	Лук репчатый	21.6	17.2	0.23	0.03	1.29	6.3
3	Томатное пюре	8.1	8.1	0.27	0.00	0.87	4.6
4	Говядина 1 категории	142.7	126.2	22.07	17.78	0.00	248.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	8.1	8.1	0.06	5.18	0.10	47.3
6	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.1
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>25.07</b>	<b>23.45</b>	<b>21.52</b>	<b>397.5</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.11	0.07	2.34	1.87	10	5	612	11	26	65	1	6.5	0.3
2	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.07	1	1	25	5	2	9	0	0.5	0.1
3	Томатное пюре	0.00	0.00	9.75	0.07	1	1	45	1	3	5	0	0.0	0.1
4	Говядина 1 категории	0.05	0.15	0.00	8.28	0	62	342	10	24	206	3	9.1	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	21.94	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0

7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.06	0.00	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0	
<b>Итого</b>		<b>0.17</b>	<b>0.23</b>	<b>34.09</b>	<b>10.3</b>	<b>12</b>	<b>364</b>	<b>1026</b>	<b>32</b>	<b>55</b>	<b>288</b>	<b>4</b>	<b>56.1</b>	<b>0.6</b>

**Способ обработки:**Тушение

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

**Характеристика блюда на выходе:**

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

## Запеканка картофельная с говядиной

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-26м

**Наименование изделия:**Запеканка картофельная с говядиной

**Номер рецептуры:**54-26м

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	3.8	3.8	0.39	0.05	2.30	11.2
2	Картофель	299.1	206.2	3.88	0.73	30.59	144.4
3	Говядина 1 категории	158.2	140.0	24.48	19.71	0.00	275.3
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	12.5	12.5	0.09	7.97	0.15	72.7
5	Яйцо куриное	5.5	5.0	0.60	0.51	0.03	7.1
6	Соль поваренная йодированная	1.2	1.2	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>250</b>	<b>29.44</b>	<b>28.97</b>	<b>33.07</b>	<b>510.7</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сухари панировочные	0.01	0.00	0.00	0.13	0	15	6	1	2	4	0	0.0	0.8
2	Картофель	0.18	0.12	3.71	2.97	17	8	972	18	41	104	2	10.3	0.5
3	Говядина 1 категории	0.06	0.17	0.00	9.18	0	69	379	11	27	229	3	10.1	0.0
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	33.75	0.02	0	1	3	3	0	3	0	0.0	0.1
5	Яйцо куриное	0.00	0.02	7.80	0.14	0	5	6	2	1	8	0	1.0	1.4
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	368	0	4	0	1	0	50.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.25</b>	<b>0.32</b>	<b>45.26</b>	<b>12.44</b>	<b>17</b>	<b>466</b>	<b>1366</b>	<b>39</b>	<b>71</b>	<b>349</b>	<b>5</b>	<b>71.4</b>	<b>2.8</b>

**Способ обработки:** Запекание

**Технология приготовления:** Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, заправляют размягченным сливочным маслом, солью. Кладут на смазанный маслом противень слоем 2-3 см и прогревают, помешивая, в жарочном шкафу при температуре 160-180 С в течение 8-10 мин. Картофель перебирают, моют, чистят, крупные клубни нарезают дольками, мелкие - целиком укладывают в посуду (слоем 50 см), заливают горячей водой, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают, пропускают через протирающую машину. Картофель делят на две равные части. Одну часть картофеля выкладывают на смазанный маслом противень слоем 1-1,5 см, разравнивают. Затем выкладывают ровным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивания картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течение 25-30 мин при температуре 250-280о С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - поверхность запеканки ровная, с легкой румяной корочкой; консистенция - картофель мягкий, мясо сочное; вкус, цвет и запах - картофеля с мясом.

## Гуляш из говядины

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-2м

**Наименование изделия:** Гуляш из говядины

**Номер рецептуры:** 54-2м

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	2.8	2.8	0.29	0.03	1.79	8.6
2	Томатное пюре	8.2	8.2	0.28	0.00	0.88	4.6
3	Лук репчатый	13.1	10.5	0.14	0.02	0.78	3.8
4	Говядина 1 категории	94.1	83.2	14.56	11.72	0.00	163.7
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	4.8	4.8	0.04	3.09	0.06	28.2
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	120.4	120.4	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>90</b>	<b>15.31</b>	<b>14.86</b>	<b>3.51</b>	<b>208.9</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	3	0	0	2	0	0.0	0.1
2	Томатное пюре	0.00	0.00	9.86	0.07	1	1	46	1	3	5	0	0.0	0.1
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
4	Говядина 1 категории	0.04	0.10	0.00	5.46	0	41	225	7	16	136	2	6.0	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.06	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	66	0	1	0	0	0	9.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	37	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.04</b>	<b>0.1</b>	<b>22.92</b>	<b>5.61</b>	<b>1</b>	<b>109</b>	<b>290</b>	<b>50</b>	<b>20</b>	<b>149</b>	<b>2</b>	<b>15.3</b>	<b>0.2</b>

**Способ обработки:** Тушение

**Технология приготовления:** Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют, бланшируют, пассеруют с томатным пюре. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, отваривают до полуготовности, очищают от пленок и соединительной ткани, нарезают кубиками по 20-30 г, заливают горячей водой, добавляют пассерованные лук с томатным пюре, соль и тушат в закрытой посуде около 1 часа. Затем бульон сливают. Муку пассеруют без изменения цвета, разводят охлажденным до 55 градусов Цельсия бульоном, проваривают 7-10 минут. Процеживают. Приготовленным соусом заливают мясо и протушивают 15 минут до полной готовности блюда. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус - свойственный тушеному мясу с луком и томатом; запах вареного мяса и овощей.

## Плов из отварной говядины

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11м

Наименование изделия: Плов из отварной говядины

Номер рецептуры: 54-11м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	54.4	54.4	3.58	0.48	36.63	165.2
2	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
3	Морковь	25.0	20.0	0.24	0.02	1.26	6.2
4	Говядина 1 категории	73.2	64.8	11.33	9.12	0.00	127.4
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	8.0	8.0	0.06	5.10	0.09	46.6
6	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	313.0	313.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>15.32</b>	<b>14.73</b>	<b>38.58</b>	<b>348.3</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.03	0.02	0.00	1.44	0	5	45	4	24	71	0	0.8	7.2
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
3	Морковь	0.01	0.01	240.00	0.16	0	3	33	5	7	10	0	1.0	0.0
4	Говядина 1 категории	0.03	0.08	0.00	4.25	0	32	175	5	12	106	2	4.7	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	21.60	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	235	0	3	0	1	0	32.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	96	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.07</b>	<b>0.12</b>	<b>261.6</b>	<b>5.89</b>	<b>0</b>	<b>276</b>	<b>267</b>	<b>117</b>	<b>44</b>	<b>194</b>	<b>2</b>	<b>38.7</b>	<b>7.3</b>

Способ обработки: Варка

**Технология приготовления:** Рис перебирают и промывают. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением воды. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее

мясо нарезают на кусочки по 10-15 г, добавляют пассерованную морковь, лук и соль. Мясо и овощи варят при слабом кипении 5-10 минут, всыпают подготовленную крупу, варят до загустения, затем закрывают крышкой и доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия в течение 30-40 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

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

## Пельмени

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): П/Ф

Наименование изделия: Пельмени

Номер рецептуры: П/Ф

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

#### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Пельмени, полуфабрикат	200.0	200.0	18.61	24.46	24.57	392.9
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>18.61</b>	<b>24.46</b>	<b>24.57</b>	<b>392.9</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Пельмени, полуфабрикат	0.24	0.13	0.00	2.72	0	838	217	30	23	136	2	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.24</b>	<b>0.13</b>	<b>0</b>	<b>2.72</b>	<b>0</b>	<b>838</b>	<b>217</b>	<b>30</b>	<b>23</b>	<b>136</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Полуфабрикаты

Характеристика блюда на выходе:

## Вареники

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): П/Ф

Наименование изделия: Вареники

Номер рецептуры: П/Ф

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

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Вареники, полуфабрикат	200.0	200.0	22.56	11.26	29.48	309.6
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>22.56</b>	<b>11.26</b>	<b>29.48</b>	<b>309.6</b>

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Вареники, полуфабрикат	0.16	0.30	40.00	1.60	0	810	168	114	44	200	1	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.16</b>	<b>0.3</b>	<b>40</b>	<b>1.6</b>	<b>0</b>	<b>810</b>	<b>168</b>	<b>114</b>	<b>44</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Полуфабрикаты

Характеристика блюда на выходе:

## Тефтели "Натуральные"

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): П/Ф

Наименование изделия: Тефтели "Натуральные"

Номер рецептуры: П/Ф

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

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Тефтели "Натуральные", полуфабрикат	65.0	65.0	7.99	6.49	4.68	109.1
<b>Выход:</b>			<b>65</b>	<b>7.99</b>	<b>6.49</b>	<b>4.68</b>	<b>109.1</b>

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
---	---------	--------	--------	-------------------	---------	--------	---------	--------	---------	---------	--------	---------	---------	----------



1	Тефтели "Натуральные", полуфабрикат	0.03	0.05	6.07	3.39	1	177	109	9	11	72	1	23.7	1.1
<b>Итого</b>		<b>0.03</b>	<b>0.05</b>	<b>6.07</b>	<b>3.39</b>	<b>1</b>	<b>177</b>	<b>109</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>72</b>	<b>1</b>	<b>23.7</b>	<b>1.1</b>

**Способ обработки:**Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Полуфабрикаты

**Характеристика блюда на выходе:**

## Котлеты Домашние

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** П/Ф

**Наименование изделия:**Котлеты Домашние

**Номер рецептуры:**П/Ф

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Полуфабрикаты, 2020

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Котлеты домашние, полуфабрикат	90.0	90.0	11.65	9.20	7.02	157.4
<b>Выход:</b>			<b>90</b>	<b>11.65</b>	<b>9.2</b>	<b>7.02</b>	<b>157.4</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Котлеты домашние, полуфабрикат	0.08	0.09	12.22	5.88	4	329	222	21	19	126	2	32.9	2.2
<b>Итого</b>		<b>0.08</b>	<b>0.09</b>	<b>12.22</b>	<b>5.88</b>	<b>4</b>	<b>329</b>	<b>222</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	<b>126</b>	<b>2</b>	<b>32.9</b>	<b>2.2</b>

**Способ обработки:**Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Полуфабрикаты

**Характеристика блюда на выходе:**

## Котлеты Куриные

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** П/Ф

**Наименование изделия:**Котлеты Куриные

Номер рецептуры: П/Ф

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

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Котлеты куриные, полуфабрикат	85.0	85.0	10.85	8.50	7.15	148.5
<b>Выход:</b>			<b>85</b>	<b>10.85</b>	<b>8.5</b>	<b>7.15</b>	<b>148.5</b>

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Котлеты куриные, полуфабрикат	0.06	0.06	12.48	4.89	1	276	131	15	12	86	1	33.1	0.5
<b>Итого</b>		<b>0.06</b>	<b>0.06</b>	<b>12.48</b>	<b>4.89</b>	<b>1</b>	<b>276</b>	<b>131</b>	<b>15</b>	<b>12</b>	<b>86</b>	<b>1</b>	<b>33.1</b>	<b>0.5</b>

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Полуфабрикаты

Характеристика блюда на выходе:

## Соус сметанный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1 соус

Наименование изделия: Соус сметанный

Номер рецептуры: 54-1 соус

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.0	1.0	0.10	0.01	0.64	3.1
2	Сметана 15.0%	20.0	20.0	0.49	2.64	0.66	28.3
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.0	1.0	0.01	0.64	0.01	5.8
4	Соль поваренная йодированная	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Вода	22.0	22.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>40</b>	<b>0.6</b>	<b>3.29</b>	<b>1.31</b>	<b>37.2</b>

## Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	1	0	0	1	0	0.0	0.1
2	Сметана 15.0%	0.00	0.02	12.84	0.10	0	6	19	15	2	10	0	1.8	0.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	2.70	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	4	0	0	0	0	0	0.5	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	7	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.02</b>	<b>15.54</b>	<b>0.11</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>11</b>	<b>0</b>	<b>2.3</b>	<b>0.2</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Муку подсушивают при температуре 110-120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов, растирают со сливочным маслом, вливают 1/4 горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшуюся воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения. Белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - однородная масса; консистенция - жидкой сметаны; цвет - белый с кремовым оттенком; вкус и запах - сметанный.

## Соус красный основной

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-3соус

**Наименование изделия:** Соус красный основной

**Номер рецептуры:** 54-3соус

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.5	1.5	0.15	0.02	0.95	4.6
2	Морковь	3.0	2.4	0.03	0.00	0.15	0.7
3	Петрушка (корень)	0.8	0.6	0.01	0.00	0.06	0.3
4	Томатное пюре	6.0	6.0	0.20	0.00	0.64	3.4
5	Лук репчатый	1.5	1.2	0.02	0.00	0.09	0.4

6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.9	0.9	0.01	0.57	0.01			5.2
7	Сахар-песок	0.8	0.8	0.00	0.00	0.68			2.7
8	Соль поваренная йодированная	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00			0.0
9	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00			0.0
10	Бульон	30.0	30.0	0.56	0.13	0.08			3.8
<b>Выход:</b>			<b>30</b>	<b>0.98</b>	<b>0.72</b>	<b>2.66</b>			<b>21.1</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	2	0	0	1	0	0.0	0.1
2	Морковь	0.00	0.00	28.80	0.02	0	0	4	1	1	1	0	0.1	0.0
3	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.01	0.01	0	0	2	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Томатное пюре	0.00	0.00	7.20	0.05	1	0	33	1	2	4	0	0.0	0.0
5	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	2	0	0	1	0	0.0	0.0
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	2.43	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	3	0	0	0	0	0	0.4	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.01	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>38.45</b>	<b>0.09</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>43</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>0</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с петрушкой и морковью, припускают в небольшом количестве бульона мясного с добавлением масла сливочного в течении 10- 15 минут, затем вводят томат-пюре при слабом кипении припускают еще 10-15 минут. Муку пшеничную просеивают и просушивают при температуре 150-160 градусов, периодически помешивая, до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают до температуры 70-80 градусов и разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и добавляют припущенные овощи и при слабом кипении варят в течении 45-60 минут. В конце варки добавляют соль, сахар, лист лавровый. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи и доводят до кипения. Используют соус красный основной для приготовления производных соусов. При использовании соуса красного основного как самостоятельного, его заправляют предварительно прокипяченным маслом сливочным, которое добавляют в соус, тщательно промешивают до полного соединения масла сливочного с соусом. Затем соус нагревают до температуры от 80 до 85 градусов, но не кипятят. Подают соус красный основной к мясным и рыбным блюдам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - однородная масса; консистенция - жидкой сметаны, однородная, без комков муки; цвет: красноватый; вкус - нежный, насыщенный; запах - продуктов, входящих в соус.

## Чай с брусникой и сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9гн

Наименование изделия: Чай с брусникой и сахаром

Номер рецептуры: 54-9гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Брусника	12.8	12.0	0.08	0.05	0.90	4.4
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	185.0	185.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.27</b>	<b>0.09</b>	<b>7.32</b>	<b>31.2</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Брусника	0.00	0.00	0.58	0.03	1	1	9	3	1	2	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	57	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.01</b>	<b>0.88</b>	<b>0.12</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	<b>64</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Способ обработки: Варка

**Технология приготовления:** Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

## Чай со смородиной и сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-6гн

Наименование изделия: Чай со смородиной и сахаром

Номер рецептуры: 54-6гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Смородина черная	12.8	12.0	0.11	0.04	0.80	4.0
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	185.0	185.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.3</b>	<b>0.08</b>	<b>7.22</b>	<b>30.8</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Смородина черная	0.00	0.00	1.22	0.03	10	3	35	4	3	3	0	0.1	0.1
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	57	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.01</b>	<b>1.52</b>	<b>0.12</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>56</b>	<b>65</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>0.1</b>	<b>0.1</b>

Способ обработки: Варка

**Технология приготовления:** Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

## Чай с лимоном и сахаром

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3гн****Наименование изделия:** Чай с лимоном и сахаром**Номер рецептуры:** 54-3гн**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лимон	7.5	7.0	0.06	0.01	0.19	1.1
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	195.0	195.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.25</b>	<b>0.05</b>	<b>6.61</b>	<b>27.9</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Лимон	0.00	0.00	0.08	0.01	1	1	9	2	1	1	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	60	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.01</b>	<b>0.38</b>	<b>0.1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	<b>66</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:** Варка**Технология приготовления:** Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар. Чай разливают по стаканам и добавляют подготовленный и нарезанный кружочками лимон. Температура подачи: не менее 75 градусов С.**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром и лимоном.

## Чай с облепихой и сахаром

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-5гн****Наименование изделия:** Чай с облепихой и сахаром**Номер рецептуры:** 54-5гн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Облепиха	12.8	12.0	0.14	0.57	0.62	8.2
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	185.0	185.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.33</b>	<b>0.61</b>	<b>7.04</b>	<b>35</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Облепиха	0.00	0.01	30.00	0.05	24	0	23	3	4	1	0	0.1	0.1
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.50	0.11	0	1	25	5	4	8	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	65	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.02</b>	<b>30.5</b>	<b>0.16</b>	<b>24</b>	<b>1</b>	<b>48</b>	<b>73</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>0.1</b>	<b>0.1</b>

**Способ обработки:**Варка

**Технология приготовления:** Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

: Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

## Кофейный напиток с молоком

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-23гн

**Наименование изделия:**Кофейный напиток с молоком

**Номер рецептуры:**54-23гн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022



**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	100.0	100.0	2.73	2.20	4.37	48.2
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Кофейный напиток	5.0	5.0	1.14	0.66	0.46	12.4
4	Вода	120.0	120.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>3.87</b>	<b>2.86</b>	<b>11.19</b>	<b>86</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	13.20	0.64	1	38	121	106	12	78	0	9.0	1.8
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Кофейный напиток	0.00	0.01	0.09	0.27	0	0	63	6	18	28	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	37	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.03</b>	<b>0.13</b>	<b>13.29</b>	<b>0.91</b>	<b>1</b>	<b>38</b>	<b>184</b>	<b>149</b>	<b>30</b>	<b>106</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>1.8</b>

**Способ обработки:**Варка

**Технология приготовления:** Воду доводят до кипения, добавляют кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус и запах - свойственные кофейному напитку с молоком и сахаром.

**Чай с яблоком и сахаром****Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-46гн**Наименование изделия:**Чай с яблоком и сахаром**Номер рецептуры:**54-46гн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Яблоко	13.6	12.0	0.05	0.04	1.07	4.8
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4

4	Вода	185.0	185.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.24</b>	<b>0.08</b>	<b>7.49</b>	<b>31.6</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Яблоко	0.00	0.00	0.36	0.03	0	2	28	2	1	1	0	0.2	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	57	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.01</b>	<b>0.66</b>	<b>0.12</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>49</b>	<b>63</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>0.2</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Яблоки перебирают, удаляют плодоножки и сердцевину, моют кипяченой водой, мелко режут. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют мелко нарезанные яблоки и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус и запах - свойственные чаю с яблоками.

## Какао с молоком

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

**Наименование изделия:** Какао с молоком

**Номер рецептуры:** 54-21гн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	130.0	130.0	3.54	2.86	5.68	62.6
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Какао-порошок	5.0	5.0	1.14	0.66	0.46	12.4
4	Вода	80.0	80.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>4.68</b>	<b>3.52</b>	<b>12.5</b>	<b>100.4</b>

**Витамины и минеральные вещества**

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

**Способ обработки:** Варка

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

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус и запах - свойственные какао с сахаром.

## Какао с молоком сгущенным

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-22гн

**Наименование изделия:** Какао с молоком сгущенным

**Номер рецептуры:** 54-22гн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко сгущенное с сахаром 8,5 % м.д.ж.	38.0	38.0	2.57	2.84	19.19	112.6
2	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9
3	Какао-порошок	4.0	4.0	0.91	0.53	0.37	9.9
4	Вода	175.5	175.5	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>3.48</b>	<b>3.37</b>	<b>22.28</b>	<b>133.4</b>

**Витамины и минеральные вещества**

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

1	Молоко сгущенное с сахаром 8,5 % м.д.ж.	0.02	0.12	10.72	0.55	0	38	115	103	11	72	0	2.7	1.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Какао-порошок	0.00	0.01	0.07	0.22	0	0	50	5	15	23	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	54	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.13</b>	<b>10.79</b>	<b>0.77</b>	<b>0</b>	<b>38</b>	<b>165</b>	<b>162</b>	<b>26</b>	<b>95</b>	<b>1</b>	<b>2.7</b>	<b>1</b>

**Способ обработки:** Варка

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

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус и запах - свойственные какао с сахаром.

## Чай с молоком и сахаром

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-4гн

**Наименование изделия:** Чай с молоком и сахаром

**Номер рецептуры:** 54-4гн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	50.0	50.0	1.36	1.10	2.18	24.1
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	150.0	150.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>1.55</b>	<b>1.14</b>	<b>8.6</b>	<b>50.9</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.06	6.60	0.32	0	19	61	53	6	39	0	4.5	0.9
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0

3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	46	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.07</b>	<b>6.9</b>	<b>0.41</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>82</b>	<b>103</b>	<b>10</b>	<b>46</b>	<b>1</b>	<b>4.5</b>	<b>0.9</b>

**Способ обработки:**Варка

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

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус и запах - свойственные чаю с молоком и сахаром.

## Чай с сахаром

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

**Наименование изделия:**Чай с сахаром

**Номер рецептуры:**54-2гн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
2	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
3	Вода	200.0	200.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.19</b>	<b>0.04</b>	<b>6.42</b>	<b>26.8</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
2	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	62	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.01</b>	<b>0.3</b>	<b>0.09</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>21</b>	<b>66</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:**Варка

**Технология приготовления:** Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема,

предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар. Чай разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром.

## Компот из смеси сухофруктов

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

**Наименование изделия:**Компот из смеси сухофруктов

**Номер рецептуры:**54-1хн

**Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

#### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Смесь сухофруктов	26.8	25.0	0.47	0.00	13.42	55.6
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	190.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.47</b>	<b>0</b>	<b>19.78</b>	<b>81</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Смесь сухофруктов	0.00	0.00	15.00	0.05	0	0	0	49	2	4	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	59	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>0.05</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>108</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:**Варка

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

#### Характеристика блюда на выходе:

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

## Напиток из шиповника

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13хн

Наименование изделия: Напиток из шиповника

Номер рецептуры: 54-13хн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Шиповник (сухой)	21.4	20.0	0.64	0.25	8.79	39.9
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	230.0	230.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.64</b>	<b>0.25</b>	<b>15.15</b>	<b>65.3</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Шиповник (сухой)	0.01	0.05	98.04	0.19	80	2	8	11	3	3	1	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	71	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.05</b>	<b>98.04</b>	<b>0.19</b>	<b>80</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>82</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Способ обработки: Варка

**Технология приготовления:** Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 мин. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Охлаждают, разливают в стаканы. Температура подачи: 20 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Вкус: сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах – свойственные шиповнику.

## Компот из кураги

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2хн

Наименование изделия: Компот из кураги

Номер рецептуры: 54-2хн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд

и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Курага	21.4	20.0	0.98	0.05	9.28	41.5
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	202.0	202.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.98</b>	<b>0.05</b>	<b>15.64</b>	<b>66.9</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Курага	0.01	0.03	69.96	0.48	0	3	285	28	18	25	1	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	62	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.03</b>	<b>69.96</b>	<b>0.48</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>285</b>	<b>90</b>	<b>18</b>	<b>25</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:**Варка

**Технология приготовления:** Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Для приготовления сахарного сиропа сахар растворяют в горячей воде, доводят воду до кипения. Курагу варят 10-20 минут. Компот охлаждают, процеживают. При отпуске в стакан раскладывают фрукты и заливают отваром. Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - сухофрукты сохранили форму и залиты прозрачным компотом; цвет - желтоватый; вкус - сладкий с хорошо выраженным привкусом сухофруктов; запах - вареных сухофруктов.

## Компот из смородины

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-7хн

**Наименование изделия:**Компот из смородины

**Номер рецептуры:**54-7хн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Смородина черная	32.1	30.0	0.28	0.11	1.99	10.0



2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	168.0	168.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0.28</b>	<b>0.11</b>	<b>8.35</b>	<b>35.4</b>	

#### **Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	<b>B1,</b> <b>мг</b>	<b>B2,</b> <b>мг</b>	<b>A,</b> <b>мкг.</b> <b>рет.</b> <b>экв.</b>	<b>PP,</b> <b>мг.</b>	<b>C,</b> <b>мг.</b>	<b>Na,</b> <b>мг.</b>	<b>K,</b> <b>мг.</b>	<b>Ca,</b> <b>мг.</b>	<b>Mg,</b> <b>мг.</b>	<b>P,</b> <b>мг.</b>	<b>FE,</b> <b>мг.</b>	<b>I,</b> <b>мкг.</b>	<b>Se,</b> <b>мкг.</b>
1	Смородина черная	0.01	0.01	3.06	0.07	24	7	87	10	8	9	0	0.3	0.3
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	52	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.01</b>	<b>3.06</b>	<b>0.07</b>	<b>24</b>	<b>7</b>	<b>87</b>	<b>62</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>0.3</b>	<b>0.3</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам. Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус, цвет и запах: сладкий, с выраженным вкусом ягод.