



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 274

Наименование **МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ**  
Номер **274**  
Наименование сборника **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и**

| Наименование сырья                | Расход сырья и полуфабрикатов |          |            |           |
|-----------------------------------|-------------------------------|----------|------------|-----------|
|                                   | 1 порц.                       |          | 100 порц.  |           |
|                                   | брутто, г                     | нетто, г | брутто, кг | нетто, кг |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                    | 70                            | 68,67    | 7          | 6,87      |
| МОРКОВЬ                           |                               |          |            |           |
| с 01.01 по 31.08                  | 25                            | 18,75    | 2,5        | 1,88      |
| с 01.09 по 31.12                  | 23,44                         | 18,75    | 2,34       | 1,88      |
| КАРТОФЕЛЬ                         |                               |          |            |           |
| с 01.01 по 29.02                  | 85,69                         | 55,7     | 8,57       | 5,57      |
| с 01.03 по 31.07                  | 92,83                         | 55,7     | 9,28       | 5,57      |
| с 01.08 по 31.08                  | 69,63                         | 55,7     | 6,96       | 5,57      |
| с 01.09 по 31.10                  | 74,27                         | 55,7     | 7,43       | 5,57      |
| с 01.11 по 31.12                  | 79,57                         | 55,7     | 7,96       | 5,57      |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ          | 6,3                           | 4,1      | 0,63       | 0,41      |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                    | 2,7                           | 2,7      | 0,27       | 0,27      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ          | 2,7                           | 2,7      | 0,27       | 0,27      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 6,5                           | 5,5      | 0,65       | 0,55      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,4                           | 3,4      | 0,34       | 0,34      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 38,9                          | 38,9     | 3,89       | 3,89      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 2                             | 2        | 0,2        | 0,2       |
| Выход: 150                        |                               |          |            |           |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1

|                          |        |       |      |        |        |
|--------------------------|--------|-------|------|--------|--------|
| Белки, г                 | 10,47  | B1,   | 0,29 | Ca, мг | 29,46  |
| Жиры, г                  | 11,86  | C, мг | 5,71 | Mg,    | 34,95  |
| Углеводы, г              | 13,11  | A, мг | 0,40 | P, мг  | 139,24 |
| Энергетическая ценность, | 225,63 | E, мг | 0,34 | Fe, мг | 1,83   |
|                          |        | D,    | 0,05 | K, мг  | 591,01 |
|                          |        | B2,   | 0,11 | I, мкг | 8,71   |
|                          |        |       |      | F, мг  | 0,07   |
|                          |        |       |      | Se, мг | 0,00   |

**Технология приготовления:**  
Овощи нарезают мелкими кубиками, отваривают до полуготовности. На овощном отваре готовят соус белый или томатный.  
Отварное мясо мелко нарезают, заливают горячей водой, добавляют картофель, нарезанный кубиками, варят до полуготовности

**Правила оформления, подачи блюд:**  
**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**  
Внешний вид: кусочки мяса одинаково нарезаны, овощи сохраняют форму нарезки  
Консистенция: мяса - сочная, мягкая; овощей — мягкая  
Цвет: мяса - серый, свойственный овощам и соусу  
Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо  
Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо  
Температура подачи +65 С  
Технолог по питанию Т.В.Пушинова



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 342.1

Наименование

**КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ЯБЛОЧНЫЙ**

Номер

**342.1**

Наименование сборника

**Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и**

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |          |            |           |
|--------------------|-------------------------------|----------|------------|-----------|
|                    | 1 порц.                       |          | 100 порц.  |           |
|                    | брутто, г                     | нетто, г | брутто, кг | нетто, кг |
| ЯБЛОКИ             | 40,9                          | 36       | 4,09       | 3,6       |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ      | 154,8                         | 154,8    | 15,48      | 15,48     |
| САХАР ПЕСОК        | 10,8                          | 10,8     | 1,08       | 1,08      |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА   | 0,2                           | 0,2      | 0,02       | 0,02      |
| <b>Выход: 180</b>  |                               |          |            |           |

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| Белки, г                 | 0,14  |
| Жиры, г                  | 0,14  |
| Углеводы, г              | 13,88 |
| Энергетическая ценность, | 58,21 |

|       |      |
|-------|------|
| B1,   | 0,01 |
| C, мг | 1,44 |
| A, мг | 0,00 |
| E, мг | 0,23 |
| D,    | 0,00 |
| B2,   | 0,01 |

|        |        |
|--------|--------|
| Ca, мг | 11,65  |
| Mg,    | 3,99   |
| P, мг  | 3,56   |
| Fe, мг | 0,71   |
| K, мг  | 100,86 |
| I, мкг | 0,72   |
| F, мг  | 0,00   |
| Se, мг | 0,00   |

### Технология приготовления:

Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой.

Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения,

проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки варят на слабом огне не более 6-8 мин. Быстро разваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки защищены от сердцевины и плодоножек

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая

Цвет: присущий вареным плодам в сиропе

Вкус: кисло-сладкий

Запах: фруктов - концентрированный, приятный

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование

**ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Номер

Наименование сборника

**МР 2.4.0179-20. 2.4. Гигиена детей и подростков.**  
**Рекомендации по**  
**организации питания обучающихся общеобразовательных**  
**организаций. Методические рекомендации" (утв. Главным**

| Наименование сырья         | Расход сырья и полуфабрикатов |          |            |           |
|----------------------------|-------------------------------|----------|------------|-----------|
|                            | 1 порц.                       |          | 100 порц.  |           |
|                            | брутто, г                     | нетто, г | брутто, кг | нетто, кг |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. | 20                            | 20       | 2          | 2         |
| Выход: 20                  |                               |          |            |           |

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1***

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| Белки, г                 | 1,32  |
| Жиры, г                  | 0,18  |
| Углеводы, г              | 8,48  |
| Энергетическая ценность, | 40,79 |

|       |      |
|-------|------|
| B1,   | 0,00 |
| C, мг | 0,00 |
| A, мг | 0,00 |
| E, мг | 0,00 |
| D,    | 0,00 |
| B2,   | 0,00 |

|        |      |
|--------|------|
| Ca, мг | 0,00 |
| Mg,    | 0,00 |
| P, мг  | 0,00 |
| Fe, мг | 0,00 |
| K, мг  | 0,00 |
| I, мкг | 0,00 |
| F, мг  | 0,00 |
| Se, мг | 0,00 |

### ***Технология приготовления:***

Хлеб нарезать порционными кусочками.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова