



"УТВЕРЖДАЮ"  
Т.А. Тульментьева В.А.  
/В.А. Тульментьева/  
01 февраля 2024г

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 181

Наименование изделия: **КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: **181**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08				
с 01.09 по 31.12	18	13,5	1,8	1,35
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,88	13,5	1,69	1,35
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	24	20,2	2,4	2,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10,8	7	1,08	0,7
КРУПА РИСОВАЯ	6	6	0,6	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	47,5	4,8	4,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	85,9	85,9	8,59	8,59
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0,12	0,12
<b>Выход: 180</b>	4,6	4,6	0,46	0,46

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	3,90
Жиры, г	9,58
Углеводы, г	37,10
Энергетическая ценность,	254,47

В1, мг	0,06
С, мг	1,36
А, мг	0,29
Е, мг	3,04
Д, мкг	0,07
В2, мг	0,03

Са, мг	24,44
Mg, мг	30,87
P, мг	86,90
Fe, мг	0,83
K, мг	117,84
I, мкг	1,96
F, мг	0,04
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая.  
Масло сливочное добавлять во время варки или использовать его, предварительно прокипятив, поливая кашу при отпуске. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть.  
Подготовка овощей:

Морковь очищенную нарезают кубиком мелким, лук репчатый нарезают мелким кубиком, все обжаривают и тушат до готовности. С консервированного зеленого горошка сливают воду, промывают теплой кипяченной водой. Подготовленный горошек соединяют с готовыми овощами. Смешивают отварной рис с овощами

### Правила оформления, подачи блюд:

При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным и прокипяченным маслом сливочным. Оптимальная температура блюда 65° С.

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид — зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость, легко отделяющиеся друг от друга, овощи сохранили форму, каша полита маслом,

- цвет — свойственный данному виду крупы и овощей;
- вкус — свойственный данному виду крупы и овощей, без привкуса прогорклости и затхлости;
- запах — свойственный данному виду крупы и овощей;
- консистенция — однородная, рассыпчатая, крупинки плотные, овощи мягкие

Технолог по питанию

A handwritten signature in blue ink, appearing to be the initials 'Т.В.' followed by a stylized surname.

Т.В.Русинова





"УТВЕРЖДАЮ"

М.П. Тульментаева В.А

В.А. Тульментаева/

01 февраля 2024 г

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 234

Наименование изделия: КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ /СОУС МОЛОЧНЫЙ 100/25

Номер рецептуры: 234

Наименование сборника

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: Дели плюс, 2017.-544с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
СОУС МОЛОЧНЫЙ 326 ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ		25		2,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	1,25	1,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0,13	0,13
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,13	0,13
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0,04	0,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,5	12,5	1,25	1,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,04	0,04
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	81,5	70	8,15	7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,8	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26	26	2,6	2,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	10	10	1	1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,33	3,33	0,33	0,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,66	6,66	0,67	0,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,07	2,07	0,21	0,21
<b>Выход: 125</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	13,93
Жиры, г	10,74
Углеводы, г	16,62
Энергетическая ценность,	223,19

B1, мг	0,11
C, мг	0,56
A, мг	0,03
E, мг	3,43
D, мкг	0,07
B2, мг	0,10

Ca, мг	56,43
Mg, мг	51,61
P, мг	209,26
Fe, мг	1,63
K, мг	371,12
I, мкг	106,15
F, мг	0,44
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку 1 раз, а 2ой раз вместе с замоченным в воде черствым пшеничным хлебом, добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из полученной рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, панируют в сухарях, запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 160-180 С в течение 20-30 мин на смазанных маслом противнях  
При отпуске котлеты гарнируют, подливают сбоку соус

### Соус молочный 326 для подачи к блюду

Просеянную пшеничную муку подсушивают до кремового цвета, растирают с маслом, разводят кипяченым молоком или молоком с бульоном и варят 7-10 минут при постоянном помешивании, солят, доводят до кипения.

### Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +65° С, рядом полит соус

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом, аккуратно уложены, сбоку – гарнир и соус  
Консистенция: сочная, однородная  
Цвет: корочки - золотистый, на разрезе - светло-серый  
Вкус: жареной рыбной котлетной массы, умеренно соленый  
Запах: приятный, рыбы и соуса.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова

"УТВЕРЖДАЮ"  
ИП Тульментьева В.А  
/В.А.Тульментьева/  
01 февраля 2024г



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № ПП

Наименование изделия: **МОЛОКО ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА Т/П ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ**

Номер рецептуры: **ПП**

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	20	20
<b>Выход: 200</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	5,63	В1, мг	0,05	Са, мг	204,00
Жиры, г	4,85	С, мг	1,04	Mg, мг	22,40
Углеводы, г	9,31	А, мг	0,03	Р, мг	144,00
Энергетическая ценность,	104,76	Е, мг	0,00	Fe, мг	0,16
		Д, мкг	0,00	К, мг	292,00
		В2, мг	0,21	І, мкг	18,00
				F, мг	0,00
				Se, мг	0,00

### Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи не выше +14

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности

Консистенция: жидкая

Цвет: белый, с кремовым оттенком

Вкус: характерный для молока, сладковатый

Запах: молока, приятный

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





"УТВЕРЖДАЮ"  
И.П. Тульментьева В.А  
/В.А. Тульментьева/  
01 февраля 2024г

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 96

Наименование изделия: **РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ**

Номер рецептуры: **96**

Наименование сборника

**Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 2017.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 29.02	100	65	10	6,5
с 01.03 по 31.07	108,33	65	10,83	6,5
с 01.08 по 31.08	81,25	65	8,13	6,5
с 01.09 по 31.10	86,67	65	8,67	6,5
с 01.11 по 31.12	92,86	65	9,29	6,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5	5	0,5	0,5
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	12,53	9,4	1,25	0,94
с 01.09 по 31.12	11,75	9,4	1,18	0,94
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,6	0,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	16,8	9,2	1,68	0,92
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	18,75	18,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,9	1,9	0,19	0,19
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2	1,4	0,2	0,14
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,001	0,001
<b>Выход: 250</b>				

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	1,98
Жиры, г	5,19
Углеводы, г	14,72
Энергетическая ценность,	113,77

В1, мг	0,08
С, мг	5,77
А, мг	0,18
Е, мг	2,43
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,05

Ca, мг	29,07
Mg, мг	22,33
P, мг	59,10
Fe, мг	0,91
K, мг	419,05
I, мкг	3,87
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

#### Технология приготовления:

Свежие овощи перебирают, моют, очищают. Перловую крупу перебирают, отваривают отдельно. Индивидуальную упаковку консервированных продуктов (банки, ведра) промывают проточной водой и протирают ветошью, затем вскрывают. Огурцы консервированные откидывают на дуршлаг, дают жидкости стечь. Огурцы промывают, срезают плодоножку и верхушку, нарезают соломкой и припускают с небольшим количеством бульона. Морковь и лук шинкуют соломкой, пассеруют, картофель нарезают дольками или брусочками. В кипящий бульон или воду закладывают картофель, доводят до кипения, варят до полуготовности, добавляют пассерованные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 мин. до готовности добавляют подготовленную перловую крупу. Перед окончанием варки рассольник заправляют солью, лавровым листом, добавляют мелко рубленную зелень

#### Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи блюда +75 С

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

Внешний вид: в жидкой части рассольника - огурцы без кожицы и семян, нарезанные ромбиками или соломкой, картофель - брусочками, коренья - соломкой

Консистенция: овощей, мяса - мягкая, сочная; огурцов - слегка хрустящая; перловая крупа хорошо разварена, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: жира на поверхности - желтый, овощей - натуральный

Вкус: умеренно соленый, с умеренной кислотностью

Запах: продуктов, входящих в рассольник

Технолог по питанию



Т.В.Русинова





"УТВЕРЖДАЮ"

Тутельяна В.А.

В.А. Тутельяна/

01 февраля 2024г

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 45

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ**

Номер рецептуры: **45**

Наименование сборника

**Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	98,7	78,8	9,87	7,88
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	13,33	10	1,33	1
с 01.09 по 31.12	12,5	10	1,25	1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,3	0,3	0,03	0,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,7	9,7	0,97	0,97
САХАР ПЕСОК	5	5	0,5	0,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 100</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	1,51
Жиры, г	5,09
Углеводы, г	9,27
Энергетическая ценность,	89,80

В1, мг	0,03
С, мг	14,68
А, мг	0,25
Е, мг	2,21
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,04

Са, мг	39,64
Mg, мг	15,24
Р, мг	27,59
Fe, мг	0,81
К, мг	165,96
І, мкг	2,86
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

С кочана капусты срезают верхние загрязненные и поврежденные листья, подрезая их у основания. Затем обрезают наружную часть кочерыжки и разрезают кочан пополам. Из каждой половины внутренней части кочана вырезают кочерыжки. Капусту рекомендуется выдерживать в 3%-ном растворе уксусной кислоты или 10%-ном растворе поваренной соли в течении 10 мин с последующим ополаскиванием проточной водой. Затем капусту шинкуют соломкой, добавляют соль, лимонную кислоту, добавляют очищенную промытую и нарезанную соломкой морковь. Заправляют маслом растительным перед подачей и перемешивают. При перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюда, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками. Хранение заправленных салатов не допускается.

### Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи блюда 14 С

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: компоненты равномерно распределены по всему объему.

Консистенция: мягкая, сочная, хрустящая.

Вкус, запах: в меру соленый.

Цвет: свойственный компонентам, входящим в состав блюда.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова

"УТВЕРЖДАЮ"  
 В.А. Гудыментьева В.А  
 В.А. Гудыментьева/  
 01 февраля 2024  
 Г



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование изделия: **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**  
 Номер рецептуры:  
 Наименование сборника

**МР 2.4.0179-20. 2.4. Гигиена детей и подростков. Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 18.05.2020)**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	5	5
<b>Выход: 50</b>				

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

Белки, г	3,82	В1, мг	0,08	Са, мг	11,50
Жиры, г	0,31	С, мг	0,00	Mg, мг	16,50
Углеводы, г	25,09	А, мг	0,00	Р, мг	42,00
Энергетическая ценность,	118,41	Е, мг	0,98	Fe, мг	1,00
		Д, мкг	0,00	К, мг	64,50
		В2, мг	0,03	І, мкг	0,00
				F, мг	0,01
				Se, мг	0,00

**Технология приготовления:**

Хлеб нарезать на порции.

Технолог по питанию



Т.В.Пусинова





"УТВЕРЖДАЮ"  
Т. В. Русина  
07 февраля 2024  
г

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: ХЛЕБ РЖАНОЙ

Номер рецептуры:

Наименование сборника

**МР 2.4.0179-20. 2.4. Гигиена детей и подростков. Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 18.05.2020)**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	4	4
<b>Выход: 40</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	2,65
Жиры, г	0,35
Углеводы, г	16,96
Энергетическая ценность,	81,58

В1, мг	0,07
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,88
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	7,20
Mg, мг	7,60
Р, мг	34,80
Fe, мг	1,60
К, мг	54,40
І, мкг	2,24
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Хлеб нарезать на порционные кусочки

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



УТВЕРЖДАЮ"

ИП Тульментьева В.А

В.А. Тульментьева/

01 февраля 2024

г

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 378

Наименование изделия: **ЧАЙ С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **378**

Наименование сборника

**Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьяна.-М.: Дели плюс, 2017.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ЧАЙ-ЗАВАРКА		45		4,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,09	0,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	4,86	4,86
САХАР ПЕСОК	9	9	0,9	0,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	45	45	4,5	4,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	9	9
<b>Выход: 180</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	1,44	В1, мг	0,01	Ca, мг	55,69
Жиры, г	1,10	С, мг	0,28	Mg, мг	9,85
Углеводы, г	11,18	А, мг	0,01	P, мг	39,08
Энергетическая ценность,	60,56	Е, мг	0,00	Fe, мг	0,71
		Д, мкг	0,00	K, мг	88,71
		В2, мг	0,06	I, мкг	4,05
				F, мг	0,00
				Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко или сливки.

#### Чай-заварка

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определенное количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема чайника. Настаивают 5-10 мин. и доливают кипятком.

На порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки, что равноценно 0,5 г сухого чая.

### Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +75 С

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: серовато-белый.

Вкус: сладкий, с привкусом молока

Запах: свойственный молоку и чаю

Технолог по питанию

Т.В.Русинова