



### ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 11

Наименование изделия: **МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры: **11**

Наименование сборника рецептур: **Акт проработки на основе Сборника 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   | 93,33                         | 70       | 9,33       | 7         |
| с 01.09 по 31.12   | 87,5                          | 70       | 8,75       | 7         |
| <b>Выход: 70</b>   |                               |          |            |           |

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

|                               |       |        |      |        |        |
|-------------------------------|-------|--------|------|--------|--------|
| Белки, г                      | 0,91  | В1, мг | 0,04 | Са, мг | 35,70  |
| Жиры, г                       | 0,07  | С, мг  | 3,50 | Mg, мг | 26,60  |
| Углеводы, г                   | 4,83  | А, мг  | 1,74 | Р, мг  | 38,50  |
| Энергетическая ценность, ккал | 24,50 | Е, мг  | 0,44 | Fe, мг | 0,70   |
|                               |       | Д, мкг | 0,00 | К, мг  | 140,00 |
|                               |       | В2, мг | 0,05 | І, мкг | 3,50   |
|                               |       |        |      | F, мг  | 0,04   |
|                               |       |        |      | Se, мг | 0,00   |

#### **Технология приготовления:**

Моют, очищают, обрабатывают в 10% солевом растворе с последующим ополаскиванием под проточной водой, нарезать на порции в виде брусочков

#### **Правила оформления, подачи блюд:**

Оптимальная температура подачи 14 С

#### **Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

Внешний вид: кусочки прямоугольной формы

Консистенция: твердая, хрустящая

Цвет: соответствует виду моркови, оранжевый

Вкус: соответствует моркови, без посторонних привкусов

Запах: соответствует виду моркови, без посторонних запахов

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  
/С.А.Бочаров/  
15.07.2025 г.

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28

Наименование изделия: **МЯСО, ТУШЕННОЕ С КАПУСТОЙ**

Номер рецептуры: **28**

Наименование сборника рецептур: **Акт проработки на основе Сборника 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 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                    | 81,7                          | 73,5     | 8,17       | 7,35      |
| ИЛИ ГОВЯДИНА Б/К                  | 88,2                          | 79,4     | 8,82       | 7,94      |
| ИЛИ БЕДРО КУРИНОЕ Б/К             | 90,6                          | 72,5     | 9,06       | 7,25      |
| Масса готового п/ф                |                               | 50       |            | 5,0       |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                    | 4                             | 4        | 0,4        | 0,4       |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 14,29                         | 12       | 1,43       | 1,2       |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                   |                               | 100      |            | 10,0      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 1                             | 1        | 0,1        | 0,1       |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ              | 140,9                         | 113,3    | 14,09      | 11,33     |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                  | 0,3                           | 0,3      | 0,03       | 0,03      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,9                           | 3,9      | 0,39       | 0,39      |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                    | 2,4                           | 2,4      | 0,24       | 0,24      |
| МОРКОВЬ                           | 3,2                           | 2,4      | 0,32       | 0,24      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 4,7                           | 3,9      | 0,47       | 0,39      |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ                     | 0,03                          | 0,03     | 0,003      | 0,003     |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ          | 1,6                           | 1,6      | 0,16       | 0,16      |
| САХАР ПЕСОК                       | 0,5                           | 0,5      | 0,05       | 0,05      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 34                            | 34       | 3,4        | 3,4       |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3                             | 3        | 0,3        | 0,3       |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 0,5                           | 0,5      | 0,05       | 0,05      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3                             | 3        | 0,3        | 0,3       |
| Выход: 150                        |                               |          |            |           |

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

|                               |        |        |       |        |        |
|-------------------------------|--------|--------|-------|--------|--------|
| Белки, г                      | 12,94  | В1, мг | 0,35  | Са, мг | 68,06  |
| Жиры, г                       | 14,35  | С, мг  | 22,27 | Mg, мг | 40,36  |
| Углеводы, г                   | 40,39  | А, мг  | 0,08  | P, мг  | 167,30 |
| Энергетическая ценность, ккал | 338,53 | Е, мг  | 3,15  | Fe, мг | 2,64   |
|                               |        | Д, мкг | 0,05  | К, мг  | 560,62 |
|                               |        | В2, мг | 0,14  | I, мкг | 10,62  |
|                               |        |        |       | F, мг  | 0,07   |
|                               |        |        |       | Se, мг | 0,00   |



**Технология приготовления:**

Мясо нарезают на кусочки массой 20-30 г, соединяют со слегка пассированным луком, нарезанным мелкими кубиками, и еще тушат 10-15 мин. Добавляют воду (30 г на одну порцию), мелко нарезанные помидоры, закрывают крышкой и тушат 20-25 мин. Затем добавляют капусту тушеную и тушат до готовности.

**Капуста тушеная**

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), сливочное масло, пассированную разведенную водой (в соотношении 1:1) томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании.

Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения. Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин.

**Правила оформления, подачи блюд:****Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

- Внешний вид — на тарелке уложено мясо с капустой, тушенной в соусе;
- цвет мяса — от светло-коричневого до коричневого, капусты и овощей — натуральный;
- вкус, запах — характерный для тушеных мяса и капусты, с ароматом лука и специй, умеренно соленый, острый;
- консистенция мяса и капусты — сочная, мягкая.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





### ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28

Наименование изделия: **МЯСО, ТУШЕННОЕ С КАПУСТОЙ**

Номер рецептуры: **28**

Наименование сборника рецептур: **Акт проработки на основе Сборника 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 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                    | 130,7                         | 117,6    | 13,07      | 11,76     |
| ИЛИ ГОВЯДИНА Б/К                  | 141,1                         | 127      | 14,11      | 12,7      |
| ИЛИ БЕДРО КУРИНОЕ Б/К             | 145                           | 116      | 14,5       | 11,6      |
| Масса готового п/ф                |                               | 80       |            | 8,0       |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                    | 6,4                           | 6,4      | 0,64       | 0,64      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 22,8                          | 19,2     | 22,8       | 1,92      |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                   |                               | 160      |            | 16        |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 1,6                           | 1,6      | 0,16       | 0,16      |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ              | 225,4                         | 180,35   | 22,54      | 18,04     |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                  | 0,48                          | 0,48     | 0,05       | 0,05      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 6,2                           | 6,2      | 0,62       | 0,62      |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                    | 3,8                           | 3,8      | 0,38       | 0,38      |
| МОРКОВЬ                           | 5,1                           | 4,1      | 0,51       | 0,41      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 7,5                           | 6,3      | 0,75       | 0,63      |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ                     | 0,04                          | 0,04     | 0,004      | 0,004     |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ          | 2,6                           | 2,6      | 0,26       | 0,26      |
| САХАР ПЕСОК                       | 0,8                           | 0,8      | 0,08       | 0,08      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 54,4                          | 54,4     | 5,4        | 5,4       |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4,8                           | 4,8      | 0,48       | 0,48      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 0,8                           | 0,8      | 0,08       | 0,08      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,8                           | 4,8      | 0,48       | 0,48      |
| Выход: 240                        |                               |          |            |           |

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

|                               |        |        |       |        |        |
|-------------------------------|--------|--------|-------|--------|--------|
| Белки, г                      | 12,94  | В1, мг | 0,35  | Са, мг | 68,06  |
| Жиры, г                       | 14,35  | С, мг  | 22,27 | Mg, мг | 40,36  |
| Углеводы, г                   | 40,39  | А, мг  | 0,08  | Р, мг  | 167,30 |
| Энергетическая ценность, ккал | 338,53 | Е, мг  | 3,15  | Fe, мг | 2,64   |
|                               |        | Д, мкг | 0,05  | К, мг  | 560,62 |
|                               |        | В2, мг | 0,14  | І, мкг | 10,62  |
|                               |        |        |       | F, мг  | 0,07   |
|                               |        |        |       | Se, мг | 0,00   |



**Технология приготовления:**

Мясо нарезают на кусочки массой 20-30 г, соединяют со слегка пассированным луком, нарезанным мелкими кубиками, и еще тушат 10-15 мин. Добавляют воду (30 г на одну порцию), мелко нарезанные помидоры, закрывают крышкой и тушат 20-25 мин. Затем добавляют капусту тушеную и тушат до готовности.

**Капуста тушеная**

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), сливочное масло, пассированную разведенную водой (в соотношении 1:1) томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании.

Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения. Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин.

**Правила оформления, подачи блюд:****Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

- Внешний вид — на тарелке уложено мясо с капустой, тушенной в соусе;
- цвет мяса — от светло-коричневого до коричневого, капусты и овощей — натуральный;
- вкус, запах — характерный для тушеных мяса и капусты, с ароматом лука и специй, умеренно соленый, острый;
- консистенция мяса и капусты — сочная, мягкая.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 388

Наименование изделия: **НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА**

Номер рецептуры: **388**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Дели принт, 2017.-544с.**

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |          |            |           |
|--------------------|-------------------------------|----------|------------|-----------|
|                    | 1 порц.                       |          | 100 порц.  |           |
|                    | брутто, г                     | нетто, г | брутто, кг | нетто, кг |
| ШИПОВНИК СУХОЙ     | 18                            | 18       | 1,8        | 1,8       |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ      | 180                           | 180      | 18         | 18        |
| САХАР ПЕСОК        | 9                             | 9        | 0,9        | 0,9       |
| Выход: 180         |                               |          |            |           |

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

|                               |       |
|-------------------------------|-------|
| Белки, г                      | 0,59  |
| Жиры, г                       | 0,24  |
| Углеводы, г                   | 17,14 |
| Энергетическая ценность, ккал | 84,42 |

|        |       |
|--------|-------|
| В1, мг | 0,01  |
| С, мг  | 79,20 |
| А, мг  | 0,14  |
| Е, мг  | 0,00  |
| Д, мкг | 0,00  |
| В2, мг | 0,04  |

|        |       |
|--------|-------|
| Са, мг | 17,17 |
| Mg, мг | 4,37  |
| P, мг  | 2,75  |
| Fe, мг | 0,49  |
| K, мг  | 9,81  |
| I, мкг | 0,00  |
| F, мг  | 0,00  |
| Se, мг | 0,00  |

#### Технология приготовления:

Плоды шиповника промывают холодной водой, кладут в посуду из неокисляющегося материала, заливают кипятком и кипятят при закрытой крышке и слабом кипении 10 мин. Добавляют сахар. Затем оставляют для настаивания на 2-4 часа. После этого отвар процеживают и охлаждают.

#### Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +14-18 С

#### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: напиток налит в стакан

Консистенция: жидкая

Цвет: темно-красный

Вкус: кисло-сладкий, с привкусом плодов шиповника

Запах: шиповника

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  
/С.А.Бочаров/  
15.07.2025 г.

### ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 27

Наименование изделия: **НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **27**

Наименование сборника рецептур: **Акт проработки на основе Сборника рецептур 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 |
| НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ           | 2                             | 2        | 0,2        | 0,2       |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 100                           | 100      | 10         | 10        |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                | 110                           | 110      | 11         | 11        |
| САХАР ПЕСОК                  | 7                             | 7        | 0,7        | 0,7       |
| <b>Выход: 200</b>            |                               |          |            |           |

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

|                               |        |        |      |        |        |
|-------------------------------|--------|--------|------|--------|--------|
| Белки, г                      | 4,24   | В1, мг | 0,04 | Са, мг | 154,35 |
| Жиры, г                       | 3,66   | С, мг  | 0,78 | Mg, мг | 17,07  |
| Углеводы, г                   | 13,78  | А, мг  | 0,02 | Р, мг  | 108,00 |
| Энергетическая ценность, ккал | 105,97 | Е, мг  | 0,00 | Fe, мг | 0,12   |
|                               |        | Д, мкг | 0,00 | К, мг  | 219,30 |
|                               |        | В2, мг | 0,16 | І, мкг | 13,50  |
|                               |        |        |      | F, мг  | 0,00   |
|                               |        |        |      | Se, мг | 0,00   |

#### Технология приготовления:

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

#### Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +75 С

#### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

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

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-шоколадный

Вкус: сладкий, с привкусом цикория и молока

Запах: свойственный напитку из цикория

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





"УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО ВИТА-ЛАЙН  
/С.А.Бочаров  
15.07.20025

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 775

Наименование изделия: **НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **775**

Наименование сборника рецептур: **Акт проработки на основе Сборника рецептур 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 |
| НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ           |                               |            |            |           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                | 2,9                           | 2,9        | 0,29       | 0,29      |
| САХАР ПЕСОК                  | 92                            | 92         | 9,2        | 9,2       |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 9                             | 9          | 0,9        | 0,9       |
| <b>Выход: 180</b>            | <b>100</b>                    | <b>100</b> | <b>10</b>  | <b>10</b> |

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

|                               |        |
|-------------------------------|--------|
| Белки, г                      | 4,24   |
| Жиры, г                       | 3,67   |
| Углеводы, г                   | 15,72  |
| Энергетическая ценность, ккал | 113,85 |

|        |      |
|--------|------|
| В1, мг | 0,04 |
| С, мг  | 0,78 |
| А, мг  | 0,02 |
| Е, мг  | 0,00 |
| Д, мкг | 0,00 |
| В2, мг | 0,16 |

|        |        |
|--------|--------|
| Са, мг | 154,86 |
| Mg, мг | 17,18  |
| P, мг  | 108,00 |
| Fe, мг | 0,12   |
| K, мг  | 219,40 |
| I, мкг | 13,50  |
| F, мг  | 0,00   |
| Se, мг | 0,00   |

**Технология приготовления:**

Воду соединяют с молоком и доводят до кипения, добавляют сахар и напиток из цикория, полученную смесь перемешивают и вновь доводят до кипения

**Правила оформления, подачи блюд:**

Температура подачи +75 С

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

Внешний вид: напиток из цикория напиток налит в стакан или чашку

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-коричневый

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом напитка из цикория и кипяченого молока

Запах: аромат напитка из цикория и кипяченого молока

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  
/С.А.Бочаров/  
15.07.2025 г.

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 71

Наименование изделия: **ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ/ ТОМАТЫ/**

Номер рецептуры: **71**

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

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |          |            |           |
|--------------------|-------------------------------|----------|------------|-----------|
|                    | 1 порц.                       |          | 100 порц.  |           |
|                    | брутто, г                     | нетто, г | брутто, кг | нетто, кг |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ   |                               |          |            |           |
| Выход: 60          | 60,62                         | 60       | 6,06       | 6         |

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

|                               |       |        |       |        |        |
|-------------------------------|-------|--------|-------|--------|--------|
| Белки, г                      | 0,66  | В1, мг | 0,04  | Са, мг | 8,40   |
| Жиры, г                       | 0,12  | С, мг  | 15,00 | Mg, мг | 12,00  |
| Углеводы, г                   | 2,28  | А, мг  | 0,10  | P, мг  | 15,60  |
| Энергетическая ценность, ккал | 14,40 | Е, мг  | 0,23  | Fe, мг | 0,60   |
|                               |       | Д, мкг | 0,00  | K, мг  | 174,00 |
|                               |       | В2, мг | 0,02  | I, мкг | 1,20   |
|                               |       |        |       | F, мг  | 0,00   |
|                               |       |        |       | Se, мг | 0,00   |

#### Технология приготовления:

ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ

помидоры перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной или подкисленной воде. У помидоров вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают кружочками или дольками

#### Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +14-18 С

#### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: Помидоры нарезаны кружочками или дольками

Консистенция: помидоров - мягкая.

Цвет: помидоров - красный.

Вкус: помидоров.

Запах: помидоров.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





"УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  
/С.А.Бочаров  
15.07.2025 г

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 71

Наименование изделия: **ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ/ОГУРЦЫ/**

Номер рецептуры: **71**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур 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 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ   |                               |          |            |           |
| Выход: 60          | 60,6                          | 60       | 6,06       | 6         |

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

|                               |      |
|-------------------------------|------|
| Белки, г                      | 0,48 |
| Жиры, г                       | 0,06 |
| Углеводы, г                   | 1,50 |
| Энергетическая ценность, ккал | 8,40 |

|        |      |
|--------|------|
| В1, мг | 0,02 |
| С, мг  | 6,00 |
| А, мг  | 0,01 |
| Е, мг  | 0,06 |
| Д, мкг | 0,00 |
| В2, мг | 0,02 |

|        |       |
|--------|-------|
| Са, мг | 13,80 |
| Mg, мг | 8,40  |
| P, мг  | 25,20 |
| Fe, мг | 0,60  |
| K, мг  | 84,60 |
| I, мкг | 1,80  |
| F, мг  | 0,01  |
| Se, мг | 0,00  |

#### Технология приготовления:

Огурцы перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной или подкисленной воде. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском.

#### Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +14-18 С

#### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: Огурцы нарезаны кружочками или дольками

Консистенция: огурцов - упругая, хрустящая

Цвет: огурцов - зеленый

Вкус: огурцов

Запах: огурцов

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



### ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 9

Наименование изделия: **ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА/ СВЕЖИЕ ОГУРЦЫ И ТОМАТЫ/**

Номер рецептуры: **9**

Наименование сборника рецептов: **Акт проработки на основе 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 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ   | 30,31                         | 30       | 3,03       | 3         |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ   | 30,31                         | 30       | 3,03       | 3         |
| <b>Выход: 60</b>   |                               |          |            |           |

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

|                               |       |        |      |        |        |
|-------------------------------|-------|--------|------|--------|--------|
| Белки, г                      | 0,55  | В1, мг | 0,03 | Са, мг | 9,99   |
| Жиры, г                       | 0,09  | С, мг  | 4,20 | Mg, мг | 9,18   |
| Углеводы, г                   | 1,84  | А, мг  | 0,04 | Р, мг  | 18,36  |
| Энергетическая ценность, ккал | 11,05 | Е, мг  | 0,15 | Fe, мг | 0,54   |
|                               |       | Д, мкг | 0,00 | К, мг  | 129,30 |
|                               |       | В2, мг | 0,02 | І, мкг | 1,50   |
|                               |       |        |      | F, мг  | 0,01   |
|                               |       |        |      | Se, мг | 0,00   |

#### Технология приготовления:

Огурцы и помидоры перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной (10%) или подкисленной воде. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками у помидор вырезают крепление с плодоножкой непосредственно перед отпуском. Подготовленные помидоры и огурцы режут тонкими ломтиками. Выкладывают порционно

#### Правила оформления, подачи блюд:

Салат укладывают горкой в салатник или на тарелку. Оптимальная температура подачи 14° С.

#### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- Внешний вид — овощи равномерно нарезаны, аккуратно уложены
- цвет — типичный для этих овощей;
- вкус, запах — характерный для используемых сырых овощей
- консистенция овощей сырых — упругая, хрустящая.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 401

Наименование изделия: **ОЛАДЫ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 120/30**

Номер рецептуры: **401**

Наименование сборника рецептов: **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 |
| ТЕСТО ДЛЯ ОЛАДИЙ                         |                               |          |            |           |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                 |                               | 132      |            | 13,2      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                       | 63,5                          | 63,5     | 6,35       | 6,35      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                            | 0,08 шт.                      | 3,2      | 8 шт.      | 6,957     |
| ДРОЖЖИ СУХИЕ                             | 63,5                          | 63,5     | 6,35       | 6,35      |
| САХАР ПЕСОК                              | 0,45                          | 0,45     | 0,045      | 0,045     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                        | 2,2                           | 2,2      | 0,22       | 0,22      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 1,2                           | 1,2      | 0,12       | 0,12      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 6                             | 6        | 0,6        | 0,6       |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ | 7,5                           | 7,5      | 0,75       | 0,75      |
| Выход: 120/30                            | 30                            | 30       | 3          | 3         |

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

|                               |        |
|-------------------------------|--------|
| Белки, г                      | 12,10  |
| Жиры, г                       | 12,47  |
| Углеводы, г                   | 40,25  |
| Энергетическая ценность, ккал | 305,45 |

|        |      |
|--------|------|
| С, мг  | 0,12 |
| В1, мг | 0,02 |
| В2, мг | 0,10 |
| А, мг  | 0,06 |
| Д, мкг | 0,13 |

|        |        |
|--------|--------|
| Са, мг | 83,66  |
| Р, мг  | 60,38  |
| Mg, мг | 9,18   |
| Fe, мг | 0,07   |
| К, мг  | 110,63 |
| І, мкг | 2,10   |
| Se, мг | 0,00   |
| F, мг  | 0,01   |

### Технология приготовления:

В небольшом количестве воды растворяют соль, сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до температуры 35-40° С, добавляют просеянную муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы, затем вводят растопленное масло и снова перемешивают до образования однородной массы. Замешанное тесто оставляют в теплом месте (30-40° С) на 30-40 мин. В процессе брожения тесто перемешивают (обминают).

Оладьи выпекают из теста, с обеих сторон на разогретых чугунных сковородах, толстостенных противнях или электросковородах, смазанных маслом. Толщина готовых оладий должна быть не менее 5-6 мм.

### Тесто для оладий

В небольшом количестве воды растворяют соль, сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до температуры 35-40° С, добавляют просеянную муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы, затем вводят растопленное масло и снова перемешивают до образования однородной массы. Замешанное тесто оставляют в теплом месте (30-40° С) на 3-4 ч. В процессе брожения тесто перемешивают (обминают).

### Правила оформления, подачи блюд:

Отпускают оладьи по 2 шт. на порцию с гущенным молоком. Оптимальная температура подачи 65° С.



**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

- Внешний вид — форма оладий овальная или круглая, изделия толщиной 5-6 мм, хорошо пропечены, политы сливочным маслом;
- цвет поверхности от золотисто-желтого до светло-коричневого, в разрезе — желтый;
- запах — жареного дрожжевого теста;
- вкус — сладкий, слегка кисловатый, жареного дрожжевого теста;
- консистенция — крупнопористая, мягкая, эластичная (при надавливании образуется углубление, которое сразу выравнивается).

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  
/С.А.Бочаров/  
15.07.2025 г.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 210

Наименование изделия: **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ**

Номер рецептуры: **210**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур 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 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                | 2,59 шт.                      | 104,1    | 259 шт.    | 10,41     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ      | 42,6                          | 42,6     | 4,26       | 4,26      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 1,3                           | 1,3      | 0,13       | 0,13      |
| Масса омлетной смеси              |                               | 150      |            |           |
| Масса готового омлета             |                               | 145      |            |           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5                             | 5        | 0,5        | 0,5       |
| Выход: 150                        |                               |          |            |           |

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

|                               |        |
|-------------------------------|--------|
| Белки, г                      | 9,08   |
| Жиры, г                       | 10,84  |
| Углеводы, г                   | 19,62  |
| Энергетическая ценность, ккал | 174,63 |

|        |      |
|--------|------|
| В1, мг | 0,06 |
| С, мг  | 0,20 |
| А, мг  | 0,34 |
| Е, мг  | 2,37 |
| Д, мкг | 2,49 |
| В2, мг | 0,45 |

|        |        |
|--------|--------|
| Са, мг | 96,76  |
| Mg, мг | 15,84  |
| P, мг  | 210,71 |
| Fe, мг | 2,44   |
| K, мг  | 204,49 |
| I, мкг | 24,31  |
| F, мг  | 0,05   |
| Se, мг | 0,03   |

### Технология приготовления:

К обработанным яйцам или меланжу добавляют молоко и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный противень и запекают 8 – 10 минут при температуре 180-200 град С в жарочном шкафу или в пароконвектомате, высотой 2,5-3 см, полностью прожаривая. Соль в омлеты кладут из расчета 0,5 г на 1 яйцо. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

### Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +65 С

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест.  
Консистенция: однородная, сочная.  
Цвет: золотисто-желтоватый.  
Вкус: свежих запечённых яиц, молока, сливочного масла.  
Запах: свежих запеченных яиц, сливочного масла.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 224

Наименование изделия: **ОМЛЕТ ПАРОВОЙ С МЯСОМ**

Номер рецептуры: **224**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

| Наименование сырья                | Расход сырья и полуфабрикатов |            |            |           |
|-----------------------------------|-------------------------------|------------|------------|-----------|
|                                   | 1 порц.                       |            | 100 порц.  |           |
|                                   | брутто, г                     | нетто, г   | брутто, кг | нетто, кг |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                | 3,9 шт.                       | 155,52     | 390 шт     | 15,55     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ      | 79                            | 79         | 7,9        | 7,9       |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 1,4                           | 1,4        | 0,14       | 0,14      |
| Масса омлетной массы              |                               | <b>234</b> |            |           |
| ГОВЯДИНА Б/К                      | 88,2                          | 79,4       | 8,82       | 7,9       |
| ИЛИ СВИНИНА МЯСНАЯ                | 82,9                          | 74,6       | 8,29       | 7,46      |
| ИЛИ КУРИНЫЕ ОКOROЧКА БЕЗ КОСТИ    | 90,6                          | 72,5       | 9,06       | 7,25      |
| Масса готового мяса               |                               | <b>50</b>  |            |           |
| Масса готового омлета             |                               | <b>235</b> |            |           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5                             | 5          | 0,5        | 0,5       |
| Выход: 240                        |                               |            |            |           |

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

|                               |        |        |      |        |        |
|-------------------------------|--------|--------|------|--------|--------|
| Белки, г                      | 18,59  | В1, мг | 0,07 | Ca, мг | 105,35 |
| Жиры, г                       | 19,69  | С, мг  | 0,26 | Mg, мг | 21,23  |
| Углеводы, г                   | 46,07  | А, мг  | 0,33 | P, мг  | 249,62 |
| Энергетическая ценность, ккал | 433,51 | Е, мг  | 2,41 | Fe, мг | 2,91   |
|                               |        | Д, мкг | 2,36 | K, мг  | 302,65 |
|                               |        | В2, мг | 0,46 | I, мкг | 26,07  |
|                               |        |        |      | F, мг  | 0,07   |
|                               |        |        |      | Se, мг | 0,03   |

## Технология приготовления:

Отварное мясо пропускают через мясорубку с мелкой решеткой, перемешивают с омлетной смесью, выкладывают на смазанную маслом гастроемкость или противень и запекают в пароконвектомате или в жарочном шкафу 25-30 минут при температуре 180 град С слоем не более 2,5 см запекают на пару до готовности.

При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом

## Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +65С

## Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: поверхность ровная, полита сливочным маслом

Консистенция: пышная, сочная

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда

Вкус: свежих запеченных на пару яиц и мяса

Запах: запеченных на пару яиц и мяса

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





# ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №14

Наименование изделия: **ПАСТА С КУРИЦЕЙ**

Номер рецептуры: **14**

Наименование сборника рецептур: **АКТ ПРОРАБОТКИ на основе 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   |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                | 45                            | 45         | 4,5        | 4,5         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 2,2                           | 2,2        | 0,22       | 0,22        |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 271                           | 271        | 27,1       | 27,1        |
| <b>Масса готового п/ф (макаронные изд.)</b> |                               | <b>135</b> |            | <b>13,5</b> |
| КУРИНЫЕ ОКОРОЧКА БЕЗ КОСТИ С КОЖЕЙ          | 145                           | 116        | 14,5       | 11,6        |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 35                            | 35         | 3,5        | 3,5         |
| <b>Масса готового п/ф (мяса)</b>            |                               | <b>80</b>  |            |             |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 100                           | 100        | 10         | 10          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 8,8                           | 8,8        | 0,88       | 0,88        |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 1,5                           | 1,5        | 0,15       | 0,15        |
| ЧЕСНОК                                      | 2,4                           | 1,8        | 0,24       | 0,18        |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 2,1                           | 2,1        | 0,21       | 0,21        |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                           | 2,4                           | 1,8        | 0,24       | 0,18        |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 7,1                           | 7,1        | 0,71       | 0,71        |
| <b>Масса готового п/ф (соуса)</b>           |                               | <b>32</b>  |            |             |
| <b>Масса готового блюда</b>                 |                               | <b>225</b> |            |             |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                              | 15,63                         | 15         | 1,56       | 1,5         |
| <b>Выход: 240</b>                           |                               |            |            |             |

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

|                               |         |
|-------------------------------|---------|
| Белки, г                      | 20,51   |
| Жиры, г                       | 20,33   |
| Углеводы, г                   | 71,51   |
| Энергетическая ценность, ккал | 1125,35 |

|        |      |
|--------|------|
| B1, мг | 0,12 |
| C, мг  | 2,17 |
| A, мг  | 0,12 |
| E, мг  | 1,16 |
| D, мкг | 0,11 |
| B2, мг | 0,23 |

|        |        |
|--------|--------|
| Ca, мг | 212,54 |
| Mg, мг | 32,38  |
| P, мг  | 233,70 |
| Fe, мг | 1,86   |
| K, мг  | 322,73 |
| I, мкг | 11,98  |
| F, мг  | 0,07   |
| Se, мг | 0,02   |

Технология приготовления:



Макаронные изделия (спагетти.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 30 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу - 20-25 мин, вермишель - 10-12 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза (в зависимости от сорта).

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с соусом.

#### СОУС:

Просеянную пшеничную муку пассеруют методом сухой пассировки при непрерывном помешивании до светло-желтого цвета. Подготовленный чеснок мелко рубят. В пассированную охлажденную муку аккуратно вливают горячую смесь молока и воды при непрерывном помешивании и варят 7-10 минут при слабом кипении до загустения, добавляют вторую часть молока, измельченный чеснок, затем соус процеживают, добавляют соль и доводят до кипения. Соус получается консистенции густой сметаны. Подготовленную мякоть птицы нарезают соломкой, слегка обжаривают на растительном масле, добавляют воду и тушат до готовности, до полного испарения воды, затем соединяют с соусом сметано-молочным и смесь доводят до кипения.

#### ПОДАЧА

Макаронные изделия отварные (спагетти) кладут в тарелку, сверху по центру заливают соус с курицей и посыпают тертым сыром.

#### **Правила оформления, подачи блюд:**

Температура подачи + 65 С

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 311

Наименование изделия: **ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ**

Номер рецептуры: **311**

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 |
| КУРИНЫЕ ОКОРОЧКА БЕЗ КОСТИ С КОЖЕЙ | 145                           | 116      | 14,5       | 11,6      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ  | 8                             | 8        | 0,8        | 0,8       |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                       | 14,4                          | 12       | 1,44       | 1,2       |
| МОРКОВЬ                            |                               |          |            |           |
| с 01.01 по 31.08                   | 17,3                          | 13       | 1,73       | 1,3       |
| с 01.09 по 31.12                   | 16,3                          | 13       | 1,63       | 1,3       |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                     | 3,2                           | 3,2      | 0,32       | 0,32      |
| КРУПА РИСОВАЯ                      | 52,9                          | 52,9     | 5,29       | 5,29      |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ                      | 0,2                           | 0,2      | 0,02       | 0,02      |
| СПЕЦИИ                             | 0,2                           | 0,2      | 0,02       | 0,02      |
| СОЛЬ                               | 2,4                           | 2,4      | 0,24       | 0,24      |
| ЗЕЛЕНЬ                             | 3,8                           | 3        | 0,38       | 0,3       |
| Масса тушеного мяса                |                               | 80       |            |           |
| Масса гарнира                      |                               | 160      |            |           |
| Выход: 240                         |                               |          |            |           |

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

|                               |        |        |      |        |        |
|-------------------------------|--------|--------|------|--------|--------|
| Белки, г                      | 9,01   | B1, мг | 0,10 | Ca, мг | 25,77  |
| Жиры, г                       | 21,33  | C, мг  | 1,84 | Mg, мг | 43,01  |
| Углеводы, г                   | 30,66  | A, мг  | 0,29 | P, мг  | 220,22 |
| Энергетическая ценность, ккал | 346,06 | E, мг  | 3,33 | Fe, мг | 2,07   |
|                               |        | D, мкг | 0,00 | K, мг  | 299,22 |
|                               |        | B2, мг | 0,16 | I, мкг | 7,59   |
|                               |        |        |      | F, мг  | 0,15   |
|                               |        |        |      | Se, мг | 0,03   |

## Технология приготовления:

Подготовленные овощи (морковь, лук репчатый) нарезают соломкой, пассеруют. Крупу рисовую просеивают, перебирают, промывают сначала теплой (40° С), а затем горячей водой (60-70° С). Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Мясо порционируют три кусочка на порцию, обжаривают до образования корочки, посыпав солью, кладут в посуду. Добавляют подготовленные овощи, пассированную томатную пасту, заливают горячим бульоном или водой и дают закипеть (2,1 л воды на 1 кг крупы рисовой), затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 40-50 мин в жарочный шкаф с температурой 250-280° С.



**Правила оформления, подачи блюд:**

Порцию плова кладут горкой на подогретую тарелку, сверху укладывают три куска мяса. Оптимальная температура подачи 65° С.

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

- Внешний вид — плов уложен горкой, сверху три кусочка мяса, зерна рисовой крупы полностью набухшие, сохранившие форму, легко отделяющиеся друг от друга;
- цвет мяса — светло-кремовый, с золотистым оттенком; риса — светло-оранжевый;
- вкус, запах — характерный для тушеного мяса с рисом и специями;
- консистенция мяса — мягкая, сочная, риса — рассыпчатая.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  
/С.А. Бочаров/  
15.07.2025 г.

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 265

Наименование изделия: **ПЛОВ С МЯСОМ**

Номер рецептуры: **265**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур 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 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                    | 98                            | 88,2     | 9,8        | 8,82      |
| ИЛИ ГОВЯДИНА Б/К                  | 105,8                         | 95,2     | 10,58      | 9,52      |
| КРУПА РИСОВАЯ                     | 60                            | 60       | 6,0        | 6,0       |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5                             | 5        | 0,5        | 0,5       |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 12                            | 10       | 1,2        | 1,0       |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                    | 2,7                           | 2,7      | 0,27       | 0,27      |
| МОРКОВЬ                           |                               |          |            |           |
| с 01.01 по 31.08                  | 14,27                         | 10,7     | 1,43       | 1,07      |
| с 01.09 по 31.12                  | 13,38                         | 10,7     | 1,34       | 1,07      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 3,3                           | 3,3      | 0,33       | 0,33      |
| СПЕЦИИ                            | 0,2                           | 0,2      | 0,002      | 0,002     |
| ЗЕЛЕНЬ                            | 5,01                          | 4        | 0,501      | 0,4       |
| Масса тушеного мяса               |                               |          |            |           |
| Масса гарнира                     |                               | 60       |            |           |
| Выход: 200                        |                               | 140      |            |           |

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

|                               |        |
|-------------------------------|--------|
| Белки, г                      | 10,17  |
| Жиры, г                       | 15,35  |
| Углеводы, г                   | 35,18  |
| Энергетическая ценность, ккал | 328,01 |

|        |      |
|--------|------|
| В1, мг | 0,41 |
| С, мг  | 1,01 |
| А, мг  | 0,48 |
| Е, мг  | 2,48 |
| Д, мкг | 0,00 |
| В2, мг | 0,15 |

|        |        |
|--------|--------|
| Са, мг | 35,18  |
| Mg, мг | 51,15  |
| P, мг  | 220,45 |
| Fe, мг | 2,27   |
| K, мг  | 416,99 |
| I, мкг | 9,18   |
| F, мг  | 0,09   |
| Se, мг | 0,01   |

#### Технология приготовления:

Нарезанное кусочками по 20-30 г мясо посыпают солью, обжаривают, добавляют слегка пассированные или припущенные с томатной пастой, морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой (80 г), доводят до кипения, всыпают перебранный и промытый рис и варят до полуготовности. Когда рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25—40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Посыпанной мелко рубленной зеленью.



**Правила оформления, подачи блюд:**

Температура подачи +65 С

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

Внешний вид: мясо нарезано кубиками (20-30 г), кусочки мяса целые, рис рассыпчатый.

Консистенция: мяса - мягкая, нежная, риса - мягкая.

Цвет: мяса - серый, риса и овощей - от светло до темно-оранжевого.

Вкус: тушеного мяса, риса и пассерованных овощей, умеренно соленый.

Запах: мяса с ароматом риса и овощей.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 292

Наименование изделия: **ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: **292**

Наименование сборника рецептов: **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 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ          |                    | 109                           | 72,5     | 10,9       | 7,3       |
| ИЛИ КУРИНОЕ БЕДРО Б/К             |                    | 90,6                          | 72,5     | 9,06       | 7,3       |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ |                    | 6                             | 6        | 0,6        | 0,6       |
| КАРТОФЕЛЬ                         |                    |                               |          |            |           |
| с 01.01 по 28.02                  |                    | 77,23                         | 50,2     | 7,72       | 5,02      |
| с 01.03 по 31.07                  |                    | 83,67                         | 50,2     | 8,37       | 5,02      |
| с 01.08 по 31.08                  |                    | 62,75                         | 50,2     | 6,28       | 5,02      |
| с 01.09 по 31.10                  |                    | 66,93                         | 50,2     | 6,69       | 5,02      |
| с 01.11 по 31.12                  |                    | 71,71                         | 50,2     | 7,17       | 5,02      |
| МОРКОВЬ                           |                    |                               |          |            |           |
| с 01.01 по 31.08                  |                    | 27,8                          | 23,2     | 2,78       | 2,32      |
| с 01.09 по 31.12                  |                    | 29,6                          | 23,2     | 2,96       | 2,32      |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                 |                    | 2,32                          | 2,2      | 0,23       | 0,22      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      |                    | 12                            | 9,8      | 1,2        | 0,98      |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬНЫЙ КОНСЕРВЫ        |                    | 23,38                         | 15,2     | 2,34       | 1,52      |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ              |                    | 66,25                         | 53       | 6,63       | 5,3       |
| СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ              |                    | 10                            | 10       | 1          | 1         |
| Масса тушёной птицы               |                    |                               | 50       |            | 5         |
| Масса готового гарнира и соуса    |                    |                               | 100      |            | 10,00     |
| Выход: 150                        |                    |                               |          |            |           |

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

|                               |        |
|-------------------------------|--------|
| Белки, г                      | 12,06  |
| Жиры, г                       | 13,01  |
| Углеводы, г                   | 34,81  |
| Энергетическая ценность, ккал | 271,64 |

|        |       |
|--------|-------|
| В1, мг | 0,14  |
| С, мг  | 16,91 |
| А, мг  | 0,72  |
| Е, мг  | 3,15  |
| Д, мкг | 0,00  |
| В2, мг | 0,16  |

|        |        |
|--------|--------|
| Са, мг | 67,50  |
| Mg, мг | 43,91  |
| P, мг  | 152,06 |
| Fe, мг | 2,20   |
| K, мг  | 607,29 |
| I, мкг | 9,95   |
| F, мг  | 0,12   |
| Se, мг | 0,01   |



**Технология приготовления:**

Подготовленное куриное мясо нарезают на порционные куски, картофель нарезают дольками., капусту шашечками, добавляют зеленый горошек . Укладывают на противень или в гостроемкость. Пассеруют лук, морковь, заправляют сметаной и заливают подготовленные овощи и куриное мясо. Запекают в пароконвектомате или в жарочном шкафу 25-30 минут при температуре 190-200град. С До золотистой корочки Тушеную птицу отпускают с овощами и соусом, в котором они тушились.

**Правила оформления, подачи блюд:**

Температура подачи +65 С

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

Внешний вид: тушеные после обжаривания куски птицы (по одному на порцию) уложены рядом с гарниром и политы соусом, в котором они тушились.

Консистенция: мягкая, сочная; соус средней густоты.

Цвет: соуса - темно-красный, филе птицы на разрезе - белый, окорочков - темно-серый.

Вкус: тушеного мяса птицы с привкусом соуса и специй, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса птицы .

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 222

Наименование изделия: ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С КУРИЦЕЙ

Номер рецептуры: 222

Наименование сборника рецептур: Акт проработки на основе Сборника рецептур 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 |
| КУРИНЫЕ ОКОРОЧКА БЕЗ КОСТИ С КОЖЕЙ | 77                            | 61,5     | 7,7        | 6,15      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                       | 17,9                          | 15       | 1,79       | 1,5       |
| МОРКОВЬ                            |                               |          |            |           |
| с 01.01 по 31.08                   |                               |          |            |           |
| с 01.09 по 31.12                   | 10                            | 7,5      | 1          | 0,75      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ  | 9,38                          | 7,5      | 0,94       | 0,75      |
| Масса тушеной птицы                | 4                             | 4        | 0,4        | 0,4       |
| КРУПА РИСОВАЯ                      |                               | 50       |            | 5         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ  | 76                            | 76       | 7,6        | 7,6       |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                 | 4,2                           | 4,2      | 0,42       | 0,42      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                 | 0,2 шт.                       | 8,05     | 20 шт.     | 0,81      |
| Масса полуфабриката запеканки      | 0,06 шт.                      | 2,42     | 6 шт.      | 0,24      |
| СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ            |                               | 223      |            | 22,3      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ  |                               | 40       |            | 4         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                      | 6,2                           | 6,2      | 0,62       | 0,62      |
| МОРКОВЬ                            | 31                            | 31       | 31         | 31        |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                       | 8,76                          | 6,6      | 0,876      | 0,66      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ           | 10,2                          | 8,5      | 1,02       | 0,85      |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                     | 1                             | 1        | 0,1        | 0,1       |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                  | 4                             | 4        | 0,4        | 0,4       |
| САХАР ПЕСОК                        | 0,5                           | 0,5      | 0,05       | 0,05      |
| Выход: 240                         | 0,5                           | 0,5      | 0,05       | 0,05      |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

|                          |        |
|--------------------------|--------|
| Белки, г                 | 10,01  |
| Жиры, г                  | 11,25  |
| Углеводы, г              | 34,91  |
| Энергетическая ценность, | 289,02 |

|       |      |
|-------|------|
| B1,   | 0,19 |
| C, мг | 2,88 |
| A, мг | 0,14 |
| E, мг | 2,23 |
| D,    | 0,29 |
| B2,   | 0,38 |

|        |        |
|--------|--------|
| Ca,    | 26,72  |
| Mg,    | 32,63  |
| P, мг  | 180,44 |
| Fe, мг | 3,29   |
| K, мг  | 274,45 |
| I, мкг | 7,84   |
| F, мг  | 0,05   |
| Se,    | 0,01   |

Технология приготовления:



Дефростированное мясо птицы пропускают через мясорубку. Лук и морковь очищают и нарезают соломкой. На разогретой сковороде пассеруют овощи и добавляют к нему измельченное мясо птицы. Тушат до готовности мяса птицы, охлаждают.

Из рисовой крупы варят рассыпчатую кашу на воде и охлаждают до 60-70 °С.

Тушеное мясо птицы с овощами соединяют с рассыпчатой кашей, добавляют, яйца, соль и перемешивают. На смазанный маслом противень или гостроемкость кладут приготовленную массу, поверхность смазывают яйцам и запекают.

При отпуске запеканку нарезают по 1 куску на порцию.

Отпускают запеканку с соусом томатным с овощами

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

Внешний вид: запеканка нарезана ровными кусками, поверхность изделий не растрескавшаяся, изделие полито соусом

Консистенция: мягкая, нежная

Цвет: корочки - свойственный запеченному продукту

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Технолог по питанию

Т.В.Русинова





"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  
/С.А.Бочаров/  
15.07.2025 г.

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 335

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: **335**

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 |
| КАРТОФЕЛЬ                         |                    |                               |          |            |           |
| с 01.01 по 28.02                  |                    |                               |          |            |           |
| с 01.03 по 31.07                  |                    | 196,77                        | 127,9    | 19,68      | 12,79     |
| с 01.08 по 31.08                  |                    | 213,17                        | 127,9    | 21,32      | 12,79     |
| с 01.09 по 31.10                  |                    | 159,88                        | 127,9    | 15,99      | 12,79     |
| с 01.11 по 31.12                  |                    | 170,53                        | 127,9    | 17,05      | 12,79     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ      |                    | 182,71                        | 127,9    | 18,27      | 12,79     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ |                    | 24                            | 24       | 2,4        | 2,4       |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 |                    | 4,9                           | 4,9      | 0,49       | 0,49      |
| Выход: 150                        |                    | 1,2                           | 1,2      | 0,12       | 0,12      |

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

|                               |        |
|-------------------------------|--------|
| Белки, г                      | 3,14   |
| Жиры, г                       | 4,48   |
| Углеводы, г                   | 21,33  |
| Энергетическая ценность, ккал | 143,08 |

|        |       |
|--------|-------|
| В1, мг | 0,12  |
| С, мг  | 10,35 |
| А, мг  | 0,04  |
| Е, мг  | 0,24  |
| Д, мкг | 0,07  |
| В2, мг | 0,10  |

|        |        |
|--------|--------|
| Са, мг | 39,35  |
| Mg, мг | 29,28  |
| P, мг  | 84,80  |
| Fe, мг | 1,21   |
| K, мг  | 760,75 |
| I, мкг | 8,46   |
| F, мг  | 0,04   |
| Se, мг | 0,00   |

#### Технология приготовления:

Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л на 1 кг картофеля). После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают картофель 2-3 мин. Вареный горячий картофель протирают через протирачную машину. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения масло сливочное. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

#### Правила оформления, подачи блюд:

Подают в качестве гарнира, укладывают на тарелку, на поверхность наносят узор. Оптимальная температура подачи 65° С.

#### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- Внешний вид — протертая картофельная масса без кусочков непротертого картофеля и черных пятен, сверху нанесен узор;
- цвет — от светло-кремового до кремового;
- вкус, запах — характерный для свежесваренного картофеля, молока и сливочного масла;
- консистенция — пышная, густая, однородная.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  
/С.А.Бочаров/  
15.07.2025 г.

# ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10

Наименование изделия:

Номер рецептуры: **10**

Наименование сборника рецептур:

**РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ ПОД СЫРНЫМ СОУСОМ**

**Акт проработки на основе Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- 584с.**

| Наименование сырья                | Расход сырья и полуфабрикатов |          |            |           |
|-----------------------------------|-------------------------------|----------|------------|-----------|
|                                   | 1 порц.                       |          | 100 порц.  |           |
|                                   | брутто, г                     | нетто, г | брутто, кг | нетто, кг |
| РЫБА ГОРБУША, ПОТРОШЕННАЯ Б/Г     | 90,5                          | 62,5     | 9,05       | 6,3       |
| ИЛИ ФИЛЕ МИНТАЯ                   | 78,1                          | 62,5     | 7,81       | 6,3       |
| ИЛИ ФИЛЕ ХЕКА                     | 78,1                          | 6,25     | 7,81       | 6,3       |
| ИЛИ ФИЛЕ ГОРБУШИ                  | 78,1                          | 6,25     | 7,81       | 6,3       |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 2                             | 2        | 0,2        | 0,2       |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4                             | 4        | 0,4        | 0,4       |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 8,9                           | 7,5      | 0,89       | 0,75      |
| МОРКОВЬ                           |                               |          |            |           |
| с 01.01 по 31.08                  | 12                            | 9        | 1,2        | 0,9       |
| с 01.09 по 31.12                  | 11,25                         | 9        | 1,13       | 0,9       |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                    | 10,4                          | 10       | 1,04       | 1         |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                 | 1,2                           | 1,1      | 0,12       | 0,11      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                | 0,07 шт.                      | 3        | 7 шт.      | 0,3       |
| СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ              | 5                             | 5        | 0,5        | 0,5       |
| Масса готовой рыбы                |                               | 50       |            | 5,0       |
| Масса готового соуса и овощей     |                               | 40       |            | 4,0       |
| Выход: 90                         |                               |          |            |           |

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

|                               |        |
|-------------------------------|--------|
| Белки, г                      | 9,06   |
| Жиры, г                       | 12,61  |
| Углеводы, г                   | 1,47   |
| Энергетическая ценность, ккал | 188,13 |

|        |      |
|--------|------|
| В1, мг | 0,12 |
| С, мг  | 1,51 |
| А, мг  | 0,25 |
| Е, мг  | 1,87 |
| Д, мкг | 0,07 |
| В2, мг | 0,15 |

|        |        |
|--------|--------|
| Ca, мг | 116,42 |
| Mg, мг | 28,96  |
| P, мг  | 191,63 |
| Fe, мг | 0,74   |
| K, мг  | 295,44 |
| I, мкг | 36,98  |
| F, мг  | 0,27   |
| Se, мг | 0,03   |



**Технология приготовления:**

Филе рыбы нарезают порционными кусками.  
Лук нарезают кубиком, морковь пропускают через терку, овощи пассеруют на растительном масле.  
Готовят сырный соус: сметану, яйцо взбивают и добавляют натертый сыр, хорошо перемешивают.  
Наверх рыбы укладывают пассерованные овощи, наверх овощей - сырный соус.  
Запекают в пароконвектомате или в жарочном шкафу 25-30 минут при температуре 190-200 град С

**Правила оформления, подачи блюд:**

Температура подачи +65 С

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

Внешний вид: поверхность покрыта равномерно подрумяненной корочкой, без трещин  
Консистенция: мягкая, сочная; корочки - хрустящая  
Цвет: поверхности - светло-коричневой на разрезе - серый  
Вкус: запеченной рыбы и соуса сырного  
Запах: запеченной рыбы и соуса сырного

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



