



7 ДЕНЬ

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ
КАРТЫ

Технологическая карта № 7.н038/5



Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Омлет натуральный 150 гр.**

Состав	Ясли				Дети									
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	
Масло растительное	2,25	2,25	2,25	2,25	2,25	2,25	2,25	2,25	2,25	2,25	2,25	2,25	2,25	2,25
Масло сливочное	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75
Молоко	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75
Яйцо	2,04375	2,04375	2,04375	2,04375	2,04375	2,04375	2,04375	2,04375	2,04375	2,04375	2,04375	2,04375	2,04375	2,04375
	4375	4375	4375	4375	4375	4375	4375	4375	4375	4375	4375	4375	4375	4375
Выход блюда:	150		150		150		150		150		150		150	

Технология приготовления:

Яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Затем вливают в разогретую смазанную маслом сковороду и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200 С 8-10 минут до образования легкой румяной корочки. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду и соединять с общей массой. За несколько минут до готовности поверхность омлета промазывают сливочным маслом. Перед подачей нарезают на порции.

Температура подачи 65 С.

Содержание в сыром наборе на выход 60 гр омлета составляет - 67 гр. на выход 80 гр - 89 гр.

Потери при тепловой обработке - 10 %.

Органолептические показатели:

Консистенция омлета нежная, пористая, поверхность слепка зарумянена. Вкус в меру соленый.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
7,85	10,06	2,53	147,25

Технологическая карта № 7.354/2



Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Чай с сахаром**

Состав	Ясли				Дети									
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто
Вода	150	150	150	150	150	150	150	150	200	200	200	200	200	200
Сахар	7,5	7,5	7,5	7,5	7,5	7,5	7,5	7,5	10	10	10	10	10	10
Чай	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4
Выход блюда:	150		150		150		150		200		200		200	

Технология приготовления:

В чайник насыпать чай и сахар на определенное количество порций, залить кипятком на тоже количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, остудить до температуры 40 - 45 С, после чего разлить по стаканам. Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите, т.к. его вкус и аромат ухудшаются.

Органолептические показатели:

Требования к качеству: Вкус и аромат чая характерен для сорта чая. Цвет - светло - коричневый.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
0,00	0,00	4,54	18,95

Технологическая карта № 7.279



Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Банан 180 гр**

Состав	Ясли				Дети					
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто
Бананы	180	126	180	126	180	126	180	126	180	126
Выход блюда	180		180		180		180		180	

Технология приготовления:

Бананы помыть и раздать порционно.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
1,05	0,07	15,26	62,30



Технологическая карта № 7.4/1

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом 60 гр.**

Состав	Ясли								Дети					
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	
Капуста(с 01.01 по 31.07)	66.67 40	66.67 40	66.67 40	66.67 40	66.67 40	66.67 40	66.67 40	66.67 40	66.67 40	66.67 40	66.67 40	66.67 40	66.67 40	
Капуста(с 01.08 по 31.12)	62.5 40	62.5 40	62.5 40	62.5 40	62.5 40	62.5 40	62.5 40	62.5 40	62.5 40	62.5 40	62.5 40	62.5 40	62.5 40	
Кукуруза консервиров	16.67 10	16.67 10	16.67 10	16.67 10	16.67 10	16.67 10	16.67 10	16.67 10	16.67 10	16.67 10	16.67 10	16.67 10	16.67 10	
Лук	4.76 4	4.76 4	4.76 4	4.76 4	4.76 4	4.76 4	4.76 4	4.76 4	4.76 4	4.76 4	4.76 4	4.76 4	4.76 4	
Масло растительное	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	
Сахар	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	
Соль	0.5 0.5	0.5 0.5	0.5 0.5	0.5 0.5	0.5 0.5	0.5 0.5	0.5 0.5	0.5 0.5	0.5 0.5	0.5 0.5	0.5 0.5	0.5 0.5	0.5 0.5	
Выход блюда	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	

Технология приготовления:

Белокочанную капусту, после удаления верхних загрязненных и загнивших листьев, и очищенный лук репчатый промывают проточной водой и выдерживают в 3 % растворе уксусной кислоты или 10 % растворе поваренной соли в течение 10 минут, споласкивают проточной водой и просушивают. Подготовленную капусту нарезают на две или четыре части, вырезают кочергу, затем нарезают соломкой, добавляют соль, перетирают до выделения сока и мягкой консистенции или прогревают 2-3 мин при помешивании. Лук репчатый нарезают соломкой или мелким кубиком (острые сорта лука бланшируют). Консервированную кукурузу прогревают в собственном соку, сок сливают. Подготовленные компоненты соединяют, добавляют сахар, масло растительное и перемешивают. При отпуске салат можно посыпать мелконарезанной зеленью (1-2 г). Внешний вид-салат уложен горкой, нарезка сохранена, на поверхности блески масла растительного. Цвет -капусты-белый или светло-желтый, лука-светло-салатный, кукурузы-желтый. Консистенция овощей-хрустящая, сочная не жесткая, кукурузы-мягкая. Запах-свойственный для овощей, входящих в рецептуру, с маслом растительным. Вкус характерный для овощей, входящих в рецептуру, с маслом растительным, без горечи.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
1,72	6,82	13,63	115,95



Технологическая карта № 7.063

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Напиток из шиповника**

Состав	Ясли						Дети							
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	
Вода	150 150		150 150		150 150		150 150		200 200		200 200		200 200	
Сахар	12 12		10,5 10,5		10,5 10,5		12 12		14 14		14 14		14 14	
Шиповник	9 9		7,5 7,5		7,5 7,5		9 9		10 10		10 10		10 10	
Выход блюда:	150		150		150		150		200		200		200	

Технология приготовления:

Сушеные плоды шиповника промыть холодной водой, измельчить, залить кипятком из расчета 8,0 г на 110 мл воды. Кипятить 10 минут в нержавеющей посуде с плотно закрытой крышкой. Настаивать 3-4 часа в прохладном месте, а затем процедить.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
0,18	0,00	9,09	37,58

Технология приготовления:

Крупу перловую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. Соленые огурцы очищают от кожицы. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве бульона или воды 10-15 мин. В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, нарезанный брусочками, припущенную на растительном масле морковь, пассерованный репчатый лук, через 5-10 минут вводят припущенные огурцы, соль и варят еще 10 мин. В конце варки заправляют сметаной и зеленью, доводят до кипения. Отварное мясо, нарезанное на кусочки, раскладывают по тарелкам.

Температура подачи 65

С

Потери при тепловой обработке 25 %.

Органолептические показатели:

Овощи сохранили форму нарезки, мягкие, огурцы слегка хрустящие. Крупа мягкая. Вкус в меру острый, соленый, аромат отварного мяса, огурцов, крупы, овощей

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
2,85	2,80	6,98	68,19

Технологическая карта № 7.н117/1



Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Рыба, запеченная с картофелем по-русски.**

Состав	Ясли				Дети									
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	
Горбуша	104,17 72,92	104,17 72,92	104,17 72,92	104,17 72,92	125 87,5	125 87,5	125 87,5	125 87,5	125 87,5	125 87,5	125 87,5	125 87,5	125 87,5	125 87,5
Картофель(с 01.01 по 28.02)	104,89 68,18	104,89 68,18	104,89 68,18	104,89 68,18	127,38 82,8	127,38 82,8	127,38 82,8	127,38 82,8	127,38 82,8	127,38 82,8	127,38 82,8	127,38 82,8	127,38 82,8	127,38 82,8
Картофель(с 01.03 по 31.08)	113,63 68,18	113,63 68,18	113,63 68,18	113,63 68,18	138 82,8	138 82,8	138 82,8	138 82,8	138 82,8	138 82,8	138 82,8	138 82,8	138 82,8	138 82,8
Картофель(с 01.09 по 31.10)	90,91 68,18	90,91 68,18	90,91 68,18	90,91 68,18	110,4 82,8	110,4 82,8	110,4 82,8	110,4 82,8	110,4 82,8	110,4 82,8	110,4 82,8	110,4 82,8	110,4 82,8	110,4 82,8
Картофель(с 01.11 по 31.12)	97,4 68,18	97,4 68,18	97,4 68,18	97,4 68,18	118,29 82,8	118,29 82,8	118,29 82,8	118,29 82,8	118,29 82,8	118,29 82,8	118,29 82,8	118,29 82,8	118,29 82,8	118,29 82,8
Масло растительное	2,04 2,04	2,04 2,04	2,04 2,04	2,04 2,04	2,4 2,4	2,4 2,4	2,4 2,4	2,4 2,4	2,4 2,4	2,4 2,4	2,4 2,4	2,4 2,4	2,4 2,4	2,4 2,4
Масло сливочное	4,1 4,1	4,1 4,1	4,1 4,1	4,1 4,1	4,8 4,8	4,8 4,8	4,8 4,8	4,8 4,8	4,8 4,8	4,8 4,8	4,8 4,8	4,8 4,8	4,8 4,8	4,8 4,8
Молоко	40,91 38,86	40,91 38,86	40,91 38,86	40,91 38,86	48 45,6	48 45,6	48 45,6	48 45,6	48 45,6	48 45,6	48 45,6	48 45,6	48 45,6	48 45,6
Мука	15 15	15 15	15 15	15 15	18 18	18 18	18 18	18 18	18 18	18 18	18 18	18 18	18 18	18 18
Сухари панировочные	3 3	3 3	3 3	3 3	3,6 3,6	3,6 3,6	3,6 3,6	3,6 3,6	3,6 3,6	3,6 3,6	3,6 3,6	3,6 3,6	3,6 3,6	3,6 3,6
Выход блюда	150	150	150	150	180	180	180	180	180	180	180	180	180	180

Технология приготовления:

Для приготовления блюда используется филе рыбное без костей и кожи.

Способ приготовления. Подготовленное филе рыбное, нарезают на порционные куски, посыпают солью, кладут на смазанную растительным маслом сковороду, сверху кладут ломтики картофеля вареного очищенного, заливают соусом молочным (для запекания рыбы), посыпают сухарями панировочными и запекают в жарочном шкафу при температуре 200-250 С. в течении 20-30 минут до готовности и образования румяной корочки на поверхности. Отпускают рыбу вместе с картофелем и соусом, с которыми она запекалась. Температура подачи 65 С.

Способ приготовления соуса молочного для запекания рыбы. Муку просеивают, подсушивают на сковороде (без масла) до светло-желтого цвета при постоянном помешивании, охлаждают, разводят молоком или молоком с добавлением воды, и непрерывно помешивая, варят при слабом кипении в течении 7-10 минут. Затем в соус средней густоты добавляют соль, процеживают, доводят до кипения. Готовый соус заправляют прокипяченным сливочным маслом, тщательно перемешивают, прогревают до температуры от 80 до 85 С, но не кипятят.

Органолептические показатели:

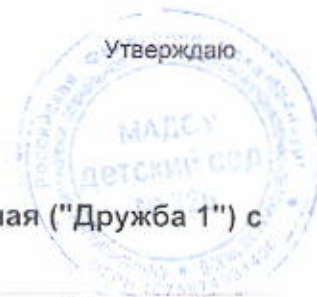
Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
12,34	7,12	16,32	195,06

Технологическая карта № 7.186/1



Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Каша вязкая из гречи и пшена молочная ("Дружба 1") с маслом**

Состав	Ясли								Дети					
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто
Вода	67.5	67.5	67.5	67.5	67.5	67.5	67.5	67.5	67.5	67.5	67.5	67.5	67.5	67.5
Греча	11.25	11.25	11.25	11.25	11.25	11.25	11.25	11.25	11.25	15	15	15	15	15
Масло сливочное	2	2	3.75	3.75	3.75	3.75	3.75	3.75	2	2	5	5	5	5
Молоко	60	76	78.75	74.51	78.75	74.81	80	76	105	199.75	105	99.75	105	199.75
Пшено	11.25	11.25	11.25	11.25	11.25	11.25	11.25	11.25	11.25	15	15	15	15	15
Сахар	4	4	3.75	3.75	3.75	3.75	3.75	3.75	4	4	5	5	5	5
Выход блюда:	150		150		150		150		200		200		200	

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду закладывают подготовленную пшеничную крупу и варят 10-15 минут, помешивая. Затем всыпают подготовленную гречневую крупу и варят 5-10 минут, потом добавляют горячее молоко, соль, сахар, периодически помешивая, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, и все тщательно перемешивают.

Органолептические показатели:

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления. Требования: Зерна полностью разварены. Консистенция каши нежная. Вкус и запах свойственные набору круп, без признаков подгорелой каши.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
2,91	2,83	13,63	98,20