

Каша гречневая молочная

Номер рецептуры № 541

Тип приготовления: варка

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2019. – 628 с.

Под ред. М. П. Могильного, В. А. Тутельяна. – М.: Дели принт, 2019. – 628 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа гречневая	15	15	20	20
молоко	132	132	100	100
Масло сливочное	5.4	5.4	5.6	5.6
сахар	3,9	3,9	5	5
вода	50	50	100	100
Соль йодированная	0,7	0,7	0.8	0.8
Выход	-	150	-	200
Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Пищевая ценность, калорийность блюда			
	150 гр		200 гр	
Белки, г	4,2		4.6	
Жиры, г	5,7		7.6	
Углеводы, г	8,02		10,7	
Калорийность, ккал	158,7		181	
Витамины(мг), минеральные вещества				
С	0.57		0.74	
Fe	1		1.32	
Mg	41.4		54	
Ca	126.2		166	
А	40.9		53.9	
РР	0.57		0.74	

Технология приготовления

Крупу перебирают, промывают, всыпают в кипящую воду вместе с солью и варят до полуготовности. Затем вливают горячее молоко, добавляют сахар и перемешивают. Варят на слабом огне под закрытой крышкой. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешивают. Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид – зерна крупы набухшие, полностью разварены. Каша заправлена сливочным маслом или сахаром; цвет – свойственный виду крупы; вкус – умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла; запах – свойственный, виду крупы молока; консистенция - однородная, вязкая, зерна мягкие.

Макаронны отварные

Номер рецептуры № 204

Вид обработки: Варка

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.

/Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2019. – 628 с.

Под ред. М.П. Могильного, В.А. Гусельникова

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Макаронные изделия	30	30	40	40
Вода	96	96	120	120
Соль йодированная	2	2	3.1	3.1
Маслосливочное	4.5	4.5	5	5
Выход	-	120	-	150
Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Пищевая ценность, калорийность блюда.			
	120 гр		150 гр	
Белки, г	2,60		3,2	
Жиры, г	4,43		5,5	
Углеводы, г	9		11,5	
Калорийность, ккал	67,3		98	
Витамины(мг), минеральные вещества				
С	8.24		10.3	
В1	0.16		0.2	
А	24.56		30.7	
Са	29.44		36.8	
Fe,мг	23.55		29.4	
Р	69.04		86.3	
РР	1.12		1.4	

Технология приготовления:

Макаронные изделия варить кипящей подсоленной воде. Макароны варить 20-30 мин, лапшу 20-25 мин, вермишель 10-12 мин. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид - вареные макаронные изделия, сохранившие свою форму, легко разделяются, заправлены маслом, цвет - от белого до светло-кремового, вкус - вареных макаронных изделий с маслом, умеренно соленый, запах - вареных макаронных изделий и сливочного масла, консистенция - мягкая, но упругая.

Голубцы ленивые

Номер рецептуры № 306

Тип приготовления: тушение

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2019. – 628 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста белокачанная	218	170	240	190
Морковь	-	-	-	-
с01.01 по 31.08	17.2	13.6	19	15
с01.09 по 31.12	15.4	13.6	17	15
Говядина на кости	85	75	95.8	80
Крупа рисовая	8	8	11	11
Лук репчатый	12	10	14	12
Масло подсолнечное	8	8	10.5	10.5
Соль пищевая йодированная	2	2	3.1	3.1
Выход	-	150	-	200
Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Пищевая ценность, калорийность блюда			
	150		200	
Белки, г	13,7		16.55	
Жиры, г	19,8		26,4	
Углеводы, г	12,92		17,23	
Калорийность, ккал	138,95		312	
Витамины(мг), минеральные вещества				
С	18.2		24.2	
А	2.3		3	
Mg	32.1		42.56	
Fe	2.6		3.4	
PP	3		3.99	
Ca	56.9		75.6	
P	150.4		199.5	

Технология приготовления

Подготовленную белокачанную капусту шинкуют крупной соломкой и припускают в подсоленной воде. Лук нарезают соломкой, пассеруют. Говядину отварную пропускают через мясорубку, и соединяют с капустой. К припущенной капусте и отварной говядине добавляют сваренный в подсоленной воде рассыпчатый рис, пассерованный лук, соль перемешивают и тушат до готовности.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид – капуста и лук нарезанный соломкой, сохранил форму нарезки, зерна риса целые; цвет – характерный для входящих ингредиентов: мяса серо-коричневый, капусты и лука – белый, риса – сероватый; вкус, запах тушеной свежей капусты, мяса, риса, с привкусами аромата пассерованного лука; консистенция – мягкая, сочная.

СУП ФАСОЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ

Технологическая карта № 39

Номер рецептуры № 102 Вид обработки: варка

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.

/Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2019. – 628 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель				
с 01.09-31.10	100,0	90,0	111,1	94
с 31.10-31.12	109,9	90,0	119,8	94
с 31.12-28.02	130,3	90,0	140,1	94
с 29.02-01.09	148,2	90,0	158,3	94
Морковь				
с01.01по31.08	22	15	24	16
с01.09по31.12	26	15	29	16
Фасоль	15	15	20	20
Лук репчатый	18	15	19	16
Масло растительное	4,2	4,2	4,5	4,5
Томатная паста	2	2	2	2
Бульон	175,0	175,0	190,0	190,0
Соль йодированная	0,8	0,8	0,9	0,9
Выход	-	150	-	200
Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новымСанПиН	Пищевая ценность, калорийность блюда.			
	150 г		200	
Белки, г	4,38		6,38	
Жиры, г	5,05		6,74	
Углеводы, г	16,8		22,4	
Калорийность, ккал	132		156	
Витамины(мг), минеральные вещества				
С	2,8		3,2	
В1	0,23		0,26	
В2	0,09		0,11	
Са	31,01		34,46	
Fe	1,81		2,02	
Варка бульона				
говядина на кости	54	54	60	60
Вода	-	160,0	-	190
Выход бульона	-	175	-	190

Технология приготовления

Подготовленную говядину на кости разделяют на кости и мякоть, кости заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену, жир и варят костный бульон при очень слабом кипении, периодически снимая жир, до готовности – примерно 2 часа, затем закладывают мякоть в кипящий костный бульон, и варят еще 2 часа. При варке мясокостного бульона также необходимо снимать выделяющийся из мяса жир.

Готовый бульон процеживают и используют для приготовления супов.

Лук мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и слегка пассируют или припускают. Картофель нарезают крупными кубиками. В кипящий бульон или кладут подготовленную фасоль (замоченную), добавляют картофель, пассированные овощи, мякоть отварных кур и варят до готовности. За 10-15 мин до окончания варки кладут соль.

Требования к качеству

Внешний вид: картофель и овощи нарезаны кубиками, горох разварен. Консистенция: овощи мягкие, фасоль мягкая. Цвет: бульона – светло-коричневый, жира на поверхности – светло-оранжевый. Вкус: свойственный фасоли, умеренно соленый. Запах: фасоли.

Суп молочный рисовый протёртый

Номер рецептуры № 93

Вид обработки: Варка

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.

/Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2019. – 628 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Молоко	123	123	136	136
Вода	43	43	48	48
рис	7	7	8	8
Сахар	2	2	2.5	2.5
Маслосливочное	3	3	3	3
Выход	-	150	-	200
Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Пищевая ценность, калорийность блюда.			
	150 гр		200 гр	

Белки, г	3,62	4,8
Жиры, г	3,98	5,3
Углеводы, г	4,09	5,46
Калорийность, ккал	93,5	124,7
Витамины(мг), минеральные вещества		
С	0.8	0.9
В1	0.07	0.08
В2	0.18	0.2
Са	146	161
Fe	0.45	0.50

Технология приготовления

Рис, периодически помешивая, варят до готовности. Заправляют солью, сахаром, сливочным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа распределены рисом сохранившие форму, на поверхности – сливочное масло. Консистенция: протертая рисовая. Цвет: супа - молочного-белый, сливочного масла — желтый. Вкус: молока и сливочного масла, умеренно сладкий. Запах: продуктов, входящих в суп.

Технологическая карта № 41

Наименование кулинарного изделия (блюда): «Каша молочная гречневая со сливочным маслом»

Номер рецептуры: 178/1

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна – Москва ДеЛи плюс, 2016 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г		Нетто, г	
	ясли	сад	ясли	сад
Молоко	150	154	150	154
Гречневая крупа	10	15	10	15
Сахар	6	8	6	8
Масло сливочное	2	3	2	3
ВЫХОД			163	175

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,92	9,65	43,63	315,25	1,81
6,69	10,94	48,25	359,50	2,01

Технология приготовления:

Молоко довести до кипения, всыпать крупу, сахар, хорошо перемешать, варить 25-30 минут. Заправить прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части каши распределена крупа, сохранившая форму, на поверхности – сливочное масло

Консистенция: крупа - мягкая

Цвет: каши – молочно-белый, сливочного масла - желтый

Вкус: молока и сливочного масла, умеренно сладкий

Запах: продуктов, входящих в кашу

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 42.

Наименование изделия: **ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ**

Номер рецептуры: **304**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Филе птицы (полуфабрикат)	105,2	102,5	10,52	10,25
Масло подсолнечное рафинированное	7,50	7,50	0,75	0,75
Морковь свежая столовая				
с 01.01 по 31.08	21,64	16,24	2,16	1,62
с 01.09 по 31.12	20,30	16,24	2,03	1,62
Лук репчатый свежий	10,5	8,71	1,05	0,87
Рис шлифованный	44,24	43,76	4,42	4,38
Соль пищевая йодированная	1,06	1,06	0,11	0,11
Выход: 200				

Пищевые вещества и энергетическая ценность на 1 порцию:

Белки, г	20,00
Жиры, г	18,50
Углеводы, г	33,50
Энергетическая ценность, ккал	204,00

Витамины В - 0,50.

Технология приготовления:

Подготовленные тушки Филе птицы нарезают, кладут в посуду, добавляют мелко нарезанные морковь и лук, заливают горячей водой и дают закипеть (жидкость наливают из расчета нормы воды и дают закипеть), затем кладут промытую рисовую крупу и доводят до кипения. После этого посуду с пловом ставят на 30-40 мин в жарочный шкаф.

При приготовлении плова в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

Правила оформления, подачи блюд:

Порцию плова кладут горкой на подогретую тарелку, сверху укладывают кусок птицы. Оптимальная температура подачи 65° С.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

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

СУП ЧЕЧЕВИЧНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ

Технологическая карта № 43

Номер рецептуры № 102

Вид обработки: варка

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.

/Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2019. – 628 с.

/Под ред.М.П.Могильного, В.А. Тутельяна.– М.:Деліи принт, 2019.– 628 с.					
Наименование продуктов, полуфабрикатов		1-3 года		3-7 лет	
		Масса, г			
		брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель					
с 01.09-31.10		100,0	90,0	111,1	94
с 31.10-31.12		109,9	90,0	119,8	94
с 31.12-28.02		130,3	90,0	140,1	94
с 29.02-01.09		148,2	90,0	158,3	94
Морковь					
с01.01по31.08		22	15	24	16
с01.09по31.12		26	15	29	16
Чечевица		15	15	20	20
Лук репчатый		18	15	19	16
Масло растительное		4.2	4.2	4.5	4.5
Томатная паста		2	2	2	2
Бульон		175,0	175,0	190,0	190,0
Соль йодированная		0,8	0,8	0.9	0.9
Выход		-	150	-	200
Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новымСанПиН		Пищевая ценность, калорийность блюда.			
		150 г		200	
Белки, г		5,38		7,5	
Жиры, г		2,05		3,6	
Углеводы, г		8,8		11,8	
Калорийность, ккал		112		156	
Витамины(мг), минеральные вещества					
С		2,8		3,2	
В1		0,23		0,26	
В2		0,09		0,11	
Са		31,01		34,46	
Fe		1,81		2,02	
говядина на кости		54	54	60	60
Вода		-	160,0	-	190
Выход бульона		-	175	-	190

Технология приготовления

Подготовленную говядину на кости разделяют на кости и мякоть, кости заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену, жир и варят костный бульон при очень слабом кипении, периодически снимая жир, до готовности – примерно 2 часа, затем закладывают мякоть в кипящий костный бульон, и варят еще 2 часа. При варке мясокостного бульона также необходимо снимать выделяющийся из мяса жир.

Готовый бульон процеживают и используют для приготовления супов.

Лук мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и слегка пассируют или припускают. Картофель нарезают крупными кубиками. В кипящий бульон или кладут подготовленную чечевицу (промытый проточной водой), добавляют картофель, пассированные овощи, мякоть мяса и варят до готовности. За 10-15 мин до окончания варки кладут соль.

Требования к качеству

Внешний вид: картофель и овощи нарезаны кубиками, горох разварен. Консистенция: овощи мягкие, чечевица мягкая. Цвет: бульона – светло-коричневый, жира на поверхности – светло-желтый. Вкус: свойственный чечевице, умеренно соленый. Запах: чечевицы.