

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека

**Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в
дошкольных образовательных организациях**

ПОСОБИЕ

Новосибирск 2022

Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях.

1. Разработано Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (А.Ю. Попова, И.В. Брагина, И.Г. Шевкун, Г.В. Яновская); ФБУН «Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены» Роспотребнадзора (И.И. Новикова, С.П. Романенко, М.В. Семенихина, Г.П. Ивлева, А.В. Сорокина, М.А. Лобкис, В.В. Сарычев), ФГБОУ ВО Северный государственный медицинский университет» (Г.Н. Дегтева, Шепелева О.А.), ФГБОУ ВО «Московский государственный университет пищевых производств» (М.Г. Балыхин, М.П. Щетинин, И.У. Кусова); при участии ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный технический университет» (Л.Н. Рождественская), ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный медицинский университет» Минздрава России (Л.А. Шпагина, Е.Г. Кондюрина, О.Н. Герасименко, Е.В. Михеева, М.А. Коваренко), Управления Роспотребнадзора по Омской области (А.С. Крига, М.Н. Бойко), Управления Роспотребнадзора по Новосибирской области (А.Ф. Щербатов, О.Н. Берсон), БДОУ г. Омска «Детский сад №259 общеразвивающего вида» (О.П. Дикунова).

На пособие получены положительные рецензии - д.м.н., проф. Гудкова А.Б. (ФГБОУ «Северный государственный медицинский Университет» Минздрава Российской Федерации), д.м.н., проф. Ефимовой Н.В. (ФГБНУ «Восточно-Сибирский институт медико-экологических исследований).

Пособие рассмотрено и утверждено на заседании Ученого Совета ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (протокол № 3 от 19.05.2022 г.), рекомендовано к использованию при организации питания детей в образовательных организациях.

Предназначено для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях, содержит рецептуры блюд с указанием рекомендуемого выхода блюд для каждой возрастной группы, а также типовые меню, в том числе с учетом режима функционирования организаций. В пособие включены рецептуры блюд содержащие традиционные пищевые продукты, используемые в питании населения Арктической зоны, а также блюда с добавлением беломорских водорослей, как дополнительного источника йода и иных микронутриентов. Все блюда, приведенные в пособии, прошли экспериментальную технологическую отработку.

Пособие подготовлено в соответствии с требованиями, регламентированными СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

I. Введение

1.1. Настоящее пособие (далее – Пособие) направлено на обеспечение реализации принципов здорового питания, в том числе при разработке действующего цикличного меню для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях и предназначено для органов и организаций Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, организаций, оказывающих услуги по организации питания детей, образовательных организаций, органов управления образованием в рамках методического сопровождения реализации положений Федерального закона от 02.01.2000 № 29 ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов», санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

1.2. Пособие представляет собой сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях. Рецептуры базируются на применении щадящих методов кулинарной обработки.

1.3. Каждая рецептура имеет уникальный номер.

1.4. Нормы вложения пищевой продукции приведены на стандартное сырье:

- мясо – говядина 1 категории;
- куриное филе без кожи;
- рыба – филе без кожи;
- молоко 2,5 % жирности;
- творог 5 % жирности;
- сметана 15 % жирности;
- масло сливочное 72,5 % жирности;
- яйца куриные - средняя масса 44 г. в скорлупе, 40 г. без скорлупы (9,1% потери на скорлупу);
- картофель – на нормы отходов до 31 октября (25%);
- морковь – на нормы отходов до 1 января (20%);
- свекла – на нормы отходов до 1 января (20%);
- томатное пюре с содержанием сухих веществ 20%.

1.5. В рецептурах приведена информация по массе порции, энергетической ценности, содержанию пищевых и минеральных веществ, витаминов по каждому ингредиенту и блюду в целом с учетом обобщённых величин потерь при тепловой кулинарной обработке, исходя из следующих величин: по белкам – 6%, жирам – 12%, углеводам – 9%, натрию – 24%, калию – 17%, кальцию – 12%, магнию – 13%, фосфору – 13%, железу – 13%, йоду – 12%, селену – 12%, фтору – 12%, витамину А – 40%, витамину В1 – 28%, витамину В2 – 20%, витамину С – 60%.

Для удобства порционирования сырья для блюд из рубленого мяса, рыбы в рецептурах приведены значения массы сырья на одну порцию.

1.6. В приложениях к Пособию приведены варианты меню для организации питания детей; характеристики качества пищевой продукции, используемой для приготовления блюд меню в дошкольных образовательных организациях,

варианты описания органолептических свойств пищевой продукции для использования при проведении бракеража сырой продукции, нутриентные профили отдельных блюд.

II. Рецептуры блюд

3.1 ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ

Номер рецептуры: 54-1з (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сыр полутвердый	7,8	7,5	1,8	2,2	0	26,9								
	15,6	15	3,5	4,4	0	53,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сыр полутвердый	0	0,02	19,5	0,07	0,05	61	6,6	66	2,6	38	0,08	0	1,09	0
	0,01	0,05	39	0,15	0,11	122	13	132	5,3	75	0,15	0	2,18	0

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2-3 мм.

Сыр нарезают не ранее чем за 30-40 мин до отпуска.

Перед раздачей порционированный сыр хранят в холодильнике.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - форма нарезки сохранена; вкус, цвет и запах - соответствуют используемому продукту.

ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ

Номер рецептуры: 54-2з (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
огурец	33,9	30	0,25	0,05	0,75	4,25								
	67,8	60	0,5	0,1	1,5	8,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
огурец	0,01	0,01	3	0	3	2,4	42	6,9	4,2	13	0,18	0,9	0,09	5,1
	0,02	0,02	6	0	6	4,8	85	14	8,4	25	0,36	1,8	0,18	10

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Огурцы перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, нарезают кружочками или дольками, раскладывают на тарелки.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - огурцы нарезаны кружочками или дольками; вкус и запах - свойственные огурцам.

ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ

Номер рецептуры: 54-3з (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
томат	33,9	30	0,35	0,05	1,15	6,4								
	67,8	60	0,7	0,1	2,3	12,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
томат	0,02	0,01	39,9	0	7,5	0,9	87	4,2	6	7,8	0,27	0,6	0,12	6
	0,04	0,02	79,8	0	15	1,8	174	8,4	12	16	0,54	1,2	0,24	12

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Помидоры перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками или кружочками, раскладывают на тарелки.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - помидоры нарезаны дольками или кружочками; цвет - красный; вкус и запах - свойственные помидорам.

ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ

Номер рецептуры: 54-4з (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
перец сладкий	33,9	30	0,4	0,05	1,45	7,7								
	67,8	60	0,8	0,1	2,9	15,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
перец сладкий	0,03	0,03	75	0	60	0,6	49	2,4	2,1	4,8	0,15	0,9	0,03	2,1
	0,05	0,05	150	0	120	1,2	98	4,8	4,2	9,6	0,3	1,8	0,06	4,2

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Перец перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток под проточной водой не менее 5 минут. У перцев отрезают плодоножку, нарезают, очищают от семян, нарезают брусочками, раскладывают на тарелки.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Цвет соответствует ингредиентам нарезки; вкус и запах - сладкого перца.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ**Номер рецептуры: 54-5з (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
томат	16,3	14,4	0,2	0,1	0,6	3,1								
огурец	11,9	10,5	0,1	0,0	0,3	1,5								
лук зеленый	4,1	3,6	0,1	0,0	0,1	0,7								
масло подсолнечное	1,5	1,5	0,0	1,5	0,0	13,5								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
Выход:		30,0	0,3	1,6	0,9	18,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
томат	0,0	0,0	19,2	0,0	3,6	0,4	41,8	2,0	2,9	3,7	0,1	0,3	0,1	2,9
огурец	0,0	0,0	1,1	0,0	1,1	0,8	14,8	2,4	1,5	4,4	0,1	0,3	0,0	1,8
лук зеленый	0,0	0,0	12,0	0,0	1,1	0,4	9,3	3,6	0,7	0,9	0,0	0,1	0,0	2,5
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	38,7	0,0	0,4	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
Выход:	0,0	0,0	32,2	0,0	5,7	39	66	8,4	5,0	9,2	0,2	4,7	0,1	7,2

Номер рецептуры: 54-5з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
томат	32,5	28,8	0,3	0,1	1,1	6,2								
огурец	23,7	21	0,2	0	0,5	3								
лук зеленый	8,1	7,2	0,1	0	0,2	1,4								
масло подсолнечное	3	3	0	3	0	27								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Выход:		60	0,6	3,1	1,8	37,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
томат	0,02	0,01	38,3	0	7,2	0,9	84	4	5,8	7,5	0,26	0,6	0,12	5,8
огурец	0,01	0,01	2,1	0	2,1	1,7	30	4,8	2,9	8,8	0,13	0,6	0,06	3,6
лук зеленый	0	0,01	24	0	2,16	0,7	19	7,2	1,3	1,9	0,07	0,1	0,04	5
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	77	0	0,7	0	0,2	0,01	8	0	0
Выход:	0,03	0,03	64,4	0	11,5	81	132	17	10	18	0,47	9,3	0,22	14

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Огурцы перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, нарезают тонкими ломтиками.

Помидоры перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками.

Лук перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, очищают, промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Овощи смешивают, заправляют солью и растительным маслом.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – помидоры и огурцы нарезаны тонкими ломтиками, лук шинкованный; консистенция – помидоров и огурцов – упругая, сочная; цвет – помидоры красные или розовые, огурцы белые с зеленой каемкой; вкус и запах – свойственные овощам в сочетании с луком и растительным маслом.

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ

Номер рецептуры: 54-6з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста белокочанная	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9								
огурец	7,5	6	0,1	0	0,2	0,9								
томат	7,5	6	0,1	0	0,3	1,3								
яйцо куриное	2,7	2,4	0,3	0,3	0	3,8								
масло подсолнечное	3	3	0	3	0	27								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0								
вода	1,5	1,5	0	0	0	0								
кислота лимонная	0,1	0,1	0	0	0	0								
Выход:		30	0,7	3,3	1,1	36,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,01	0,01	0,43	0	6,48	1,9	43	6,9	2,3	4,5	0,09	0,4	0,05	1,4
огурец	0	0	0,6	0	0,6	0,5	8,5	1,4	0,8	2,5	0,04	0,2	0,02	1
томат	0,01	0	7,98	0	1,5	0,2	17	0,8	1,2	1,6	0,06	0,1	0,03	1,2
яйцо куриное	0	0,01	6,24	0,06	0	3,2	3,4	1,3	0,3	4,6	0,06	0,5	0,74	1,3
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	39	0	0,4	0	0,1	0,01	4	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,07	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,02	15,3	0,06	8,65	44	73	11	4,7	13	0,24	5,2	0,83	5

Номер рецептуры: 54-6з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста белокочанная	36	28,8	0,5	0	1,4	7,7								
огурец	15	12	0,1	0	0,3	1,7								
томат	15	12	0,1	0	0,5	2,6								
яйцо куриное	5,3	4,8	0,6	0,6	0	7,5								
масло подсолнечное	6	6	0	6	0	53,9								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
вода	3	3	0	0	0	0								
кислота лимонная	0,1	0,1	0	0	0	0								
Выход:		60	1,3	6,6	2,2	73,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,01	0,01	0,86	0	13	3,7	86	14	4,6	8,9	0,17	0,9	0,09	2,9
огурец	0	0	1,2	0	1,2	1	17	2,8	1,7	5	0,07	0,4	0,04	2
томат	0,01	0	16	0	3	0,4	35	1,7	2,4	3,1	0,11	0,2	0,05	2,4
яйцо куриное	0	0,02	12,5	0,11	0	6,4	6,7	2,6	0,6	9,2	0,12	1	1,47	2,6
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	77	0	0,7	0	0,2	0,01	8	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,13	0	0,2	0,1	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,03	30,5	0,11	17,3	89	145	22	9,3	27	0,48	10	1,65	10

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины, кладут в эмалированную посуду, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком.

Огурцы перебирают, замачивают небольшими партиями в подсоленной или в подкисленной воде, промывают проточной водой. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, затем нарезают тонкими ломтиками.

Помидоры перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками.

Обработанные яйца варят 10 минут, охлаждают, чистят и мелко рубят.

Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают.

Овощи соединяют с яйцами, заправляют раствором лимонной кислоты, растительным маслом, перемешивают.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах – соответствует входящим в состав салата овощей.

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

Номер рецептуры: 54-7з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	46,9	37,5	0,7	0,1	1,8	10,1
лук репчатый	3,8	3,0	0,1	0,0	0,3	1,2
морковь	3,8	3,0	0,1	0,0	0,2	1,0
масло подсолнечное	3,0	3,0	0,0	3,0	0,0	27,0
сахар-песок	0,9	0,9	0,0	0,0	0,9	3,6
кислота лимонная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:		30	0,8	3,1	3,1	42,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,0	0,0	1,1	0,0	16,9	4,9	113	18,0	6,0	11,6	0,2	1,1	0,1	3,8
лук репчатый	0,0	0,0	0,0	0,0	0,3	0,1	5,3	0,9	0,4	1,7	0,0	0,1	0,0	0,9
морковь	0,0	0,0	60,0	0,0	0,2	0,6	6,0	0,8	1,1	1,7	0,0	0,2	0,0	1,7
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
сахар-песок	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
кислота лимонная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	38,7	0,0	0,4	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
Выход:	0,0	0,0	61,1	0,0	17,4	44	124	20	7,6	15	0,3	5,4	0,1	6,3

Номер рецептуры: 54-7з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	93,8	75	1,4	0,1	3,5	20,2
лук репчатый	7,5	6	0,1	0	0,5	2,4
морковь	7,5	6	0,1	0	0,4	2
масло подсолнечное	6	6	0	6	0	53,9
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,8	7,2
кислота лимонная	0,1	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Выход:		60	1,6	6,1	6,2	85,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,02	0,03	2,25	0	33,8	9,8	225	36	12	23	0,45	2,3	0,22	7,5
лук репчатый	0	0	0	0	0,6	0,2	11	1,9	0,8	3,5	0,05	0,2	0,03	1,9
морковь	0	0	120	0	0,3	1,3	12	1,6	2,3	3,3	0,04	0,3	0,01	3,3
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,13	0	0,2	0,1	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	77	0	0,7	0	0,2	0,01	8	0	0
Выход:	0,02	0,03	122	0	34,8	89	248	40	15	30	0,56	11	0,26	13

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не

менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком, выделившийся сок отжимают.

Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой или натирают на терке.

Лук репчатый перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают и мелко шинкуют.

Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют сахар, раствор лимонной кислоты, масло растительное и перемешивают.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся; консистенция - слегка хрустящая; цвет - окраска овощей не изменилась; вкус и запах - свойственные входящим в салат продуктам.

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ

Номер рецептуры: 54-8з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	31,5	25,2	0,45	0,05	1,2	6,8
морковь	3,75	3	0,05	0	0,2	1
масло подсолнечное	3	3	0	3	0	26,95
сахар-песок	1,5	1,5	0	0	1,5	6
кислота лимонная	0,05	0,05	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0
вода	1,5	1,5	0	0	0	0
Выход:		30	0,5	3,05	2,9	40,75

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,01	0,01	0,76	0	11,3	3,3	76	12	4	7,8	0,15	0,8	0,08	2,5
морковь	0	0	60	0	0,15	0,6	6	0,8	1,1	1,7	0,02	0,2	0,01	1,7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,01	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,07	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	39	0	0,4	0	0,1	0,01	4	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	60,8	0	11,6	43	82	13	5,2	9,6	0,18	4,9	0,08	4,2

Номер рецептуры: 54-8з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	63	50,4	0,9	0,1	2,4	13,6
морковь	7,5	6	0,1	0	0,4	2
масло подсолнечное	6	6	0	6	0	53,9
сахар-песок	3	3	0	0	3	12
кислота лимонная	0,1	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	3	3	0	0	0	0
Выход:		60	1	6,1	5,8	81,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,02	0,02	1,51	0	22,7	6,6	151	24	8,1	16	0,3	1,5	0,15	5
морковь	0	0	120	0	0,3	1,3	12	1,6	2,3	3,3	0,04	0,3	0,01	3,3
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0,01	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,13	0	0,2	0,1	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	77	0	0,7	0	0,2	0,01	8	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,02	122	0	23,1	85	163	27	10	19	0,36	9,8	0,16	8,3

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой (2 на 15 мм).

Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают.

В капусту и морковь добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока. Затем заправляют сахаром, раствором лимонной кислоты, растительным маслом, хорошо перемешивают.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся; консистенция - слегка хрустящая; цвет - окраска овощей не изменилась; вкус и запах - свойственные входящим в салат продуктам.

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И ЯБЛОКАМИ

Номер рецептуры: 54-9з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	21,4	17,1	0,3	0,0	0,8	4,6
морковь	7,5	6,0	0,1	0,0	0,4	2,0
яблоко	6,8	6,0	0,0	0,0	0,6	2,7
масло подсолнечное	3,0	3,0	0,0	3,0	0,0	27,0
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
кислота лимонная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
вода	1,5	1,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:		30,0	0,4	3,0	1,8	36,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,0	0,0	0,5	0,0	7,7	2,2	51,3	8,2	2,7	5,3	0,1	0,5	0,1	1,7
морковь	0,0	0,0	120,0	0,0	0,3	1,3	12,0	1,6	2,3	3,3	0,0	0,3	0,0	3,3
яблоко	0,0	0,0	0,3	0,0	0,6	1,6	16,7	1,0	0,5	0,7	0,1	0,1	0,0	0,5
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	38,7	0,0	0,4	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
кислота лимонная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
вода	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:	0,0	0,0	121	0,0	8,7	44	80	11	5,6	9,4	0,3	4,9	0,1	5,5

Номер рецептуры: 54-9з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	42,8	34,2	0,6	0	1,6	9,2
морковь	15	12	0,2	0	0,8	4
яблоко	13,6	12	0	0	1,2	5,3
масло подсолнечное	6	6	0	6	0	53,9
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
кислота лимонная	0,1	0,1	0	0	0	0
вода	3	3	0	0	0	0
Выход:		60	0,8	6	3,6	72,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,01	0,01	1,03	0	15,4	4,5	103	16	5,5	11	0,21	1	0,1	3,4
морковь	0,01	0,01	240	0	0,6	2,5	24	3,2	4,6	6,6	0,08	0,6	0,01	6,6
яблоко	0	0	0,6	0	1,2	3,1	33	1,9	1,1	1,3	0,26	0,2	0,04	1
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	77	0	0,7	0	0,2	0,01	8	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,13	0	0,2	0,1	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,02	242	0	17,3	88	160	22	11	19	0,56	9,9	0,15	11

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не

менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Морковь перебирают, замачивают небольшими партиями в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой (2 на 15 мм).

Яблоки моют в проточной воде не менее 5 минут, ошпаривают, очищают от кожицы, удаляют сердцевину, шинкуют с помощью овощерезательной машины соломкой (2 на 15 мм), сбрызгивают раствором лимонной кислоты.

Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают.

Овощи и яблоки соединяют в эмалированной посуде, заправляют раствором лимонной кислоты, растительным маслом, сахаром, хорошо перемешивают.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся; консистенция - слегка хрустящая; цвет - окраска овощей и яблок не изменилась; вкус и запах - свойственные входящим в салат продуктам.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ОВОЩАМИ

Номер рецептуры: 54-10з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста цветная	13,9	11,1	0,3	0,1	0,4	3,0								
огурец	8,6	6,9	0,1	0,0	0,2	0,9								
томат	8,6	6,9	0,1	0,0	0,3	1,4								
яйцо куриное	4,3	3,9	0,5	0,4	0,0	5,5								
масло подсолнечное	1,8	1,8	0,0	1,6	0,0	14,3								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
Выход:		30,0	0,8	2,1	0,8	25,0								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста цветная	0,0	0,0	0,2	0,0	3,1	0,8	19,3	2,5	1,6	4,9	0,1	0,3	0,1	0,1
огурец	0,0	0,0	0,4	0,0	0,3	0,4	8,1	1,4	0,8	2,5	0,0	0,2	0,0	1,2
томат	0,0	0,0	5,5	0,0	0,7	0,2	16,6	0,9	1,2	1,6	0,1	0,1	0,0	1,4
яйцо куриное	0,0	0,0	6,1	0,1	0,0	4,0	4,5	1,9	0,4	6,5	0,1	0,8	1,1	2,1
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	29,4	0,0	0,3	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
Выход:	0,0	0,0	12,2	0,1	4,1	35	49	7,0	4,1	16	0,3	5,5	1,2	4,8

Номер рецептуры: 54-10з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста цветная	27,8	22,2	0,5	0,1	0,8	6								
огурец	17,2	13,8	0,1	0	0,3	1,8								
томат	17,2	13,8	0,1	0	0,5	2,7								
яйцо куриное	8,6	7,8	0,9	0,8	0	11								
масло подсолнечное	3,6	3,6	0	3,2	0	28,5								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Выход:		60	1,6	4,1	1,6	50								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста цветная	0,02	0,02	0,4	0	6,22	1,7	39	5,1	3,3	9,9	0,27	0,7	0,12	0,2
огурец	0	0	0,83	0	0,55	0,8	16	2,8	1,7	5	0,07	0,4	0,04	2,4
томат	0,01	0	11	0	1,38	0,3	33	1,7	2,4	3,1	0,11	0,3	0,05	2,8
яйцо куриное	0	0,03	12,2	0,17	0	7,9	9,1	3,8	0,8	13	0,17	1,6	2,11	4,3
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0
Выход:	0,03	0,05	24,4	0,17	8,15	70	97	14	8,2	31	0,63	11	2,32	9,6

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Цветную капусту перебирают, промывают проточной водой, помещают в кипящую воду и отваривают 3-5 минут. Отваренную капусту разбирают на соцветия.

Огурцы перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, затем нарезают ломтиками.

Помидоры перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками.

Обработанные яйца варят 10 минут, охлаждают, чистят и мелко рубят.

Цветную капусту, помидоры, огурцы и яйца заправляют солью и перемешивают.

При отпуске салат заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция капусты – мягкая, сырых помидоров и огурцов - сочная, упругая; цвет - свойственный продуктам, входящим в состав салата; вкус и запах - свойственные овощам и растительному маслу.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК

Номер рецептуры: 54-11з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
морковь	22,9	18,3	0,3	0,0	1,3	6,2
яблоко	10,2	9,0	0,1	0,1	0,9	4,0
масло подсолнечное	3,0	3,0	0,0	3,0	0,0	27,0
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:		30	0,3	3,1	2,2	37,1

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,0	0,0	366,0	0,0	0,9	3,8	36,6	4,9	7,0	10,1	0,1	0,9	0,0	10
яблоко	0,0	0,0	0,5	0,0	0,9	2,3	25,0	1,4	0,8	1,0	0,2	0,2	0,0	0,7
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	38,7	0,0	0,4	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
Выход:	0	0	366	0	1,8	45	62	6,8	7,8	11	0,3	5,1	0	11

Номер рецептуры: 54-11з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
морковь	45,8	36,6	0,5	0	2,5	12,3
яблоко	20,3	18	0,1	0,1	1,8	8
масло подсолнечное	6	6	0	6	0	53,9
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Выход:		60	0,6	6,1	4,3	74,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,02	0,03	732	0	1,83	7,7	73	9,9	14	20	0,26	1,8	0,04	20
яблоко	0,01	0	0,9	0	1,8	4,7	50	2,9	1,6	2	0,4	0,4	0,05	1,4
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	77	0	0,7	0	0,2	0,01	8	0	0
Выход:	0,03	0,03	733	0	3,63	90	123	14	16	22	0,67	10	0,09	22

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Яблоки моют проточной водой, очищают от кожуры и сердцевин, нарезают мелкой соломкой.

Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Морковь и яблоки смешивают в одной емкости, добавляют соль и заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - салат уложен горкой, морковь и яблоки сохранили форму нарезки; консистенция: морковь – хрустящая, яблоки - мягкие; цвет -

свойственный моркови и яблокам; вкус и запах - свойственные моркови и яблокам.

ИКРА МОРКОВНАЯ

Номер рецептуры: 54-12з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
морковь	28,1	22,5	0,3	0,0	1,4	7,0								
томатное пюре	8,4	8,4	0,3	0,0	0,9	4,8								
лук репчатый	6,8	5,4	0,1	0,0	0,4	2,0								
масло подсолнечное	2,4	2,4	0,0	2,1	0,0	19,0								
сахар-песок	0,4	0,4	0,0	0,0	0,3	1,3								
кислота лимонная	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	0,1								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
Выход:		30	0,6	2,1	3	34								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,0	0,0	270,0	0,0	0,5	3,6	37,4	5,3	7,4	10,8	0,1	1,1	0,0	###
томатное пюре	0,0	0,0	10,1	0,0	0,9	0,6	46,7	1,5	3,4	5,1	0,1	0,0	0,1	0,0
лук репчатый	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,2	7,8	1,5	0,7	2,7	0,0	0,2	0,0	1,7
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
сахар-песок	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
кислота лимонная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	29,4	0,0	0,3	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
Выход:	0	0	280	0	1,6	34	92	8,8	12	19	0,3	5,3	0,1	14

Номер рецептуры: 54-12з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
морковь	56,2	45	0,5	0	2,8	13,9								
томатное пюре	16,8	16,8	0,6	0	1,8	9,5								
лук репчатый	13,5	10,8	0,1	0	0,8	4								
масло подсолнечное	4,8	4,8	0	4,2	0	38								
сахар-песок	0,7	0,7	0	0	0,6	2,5								
кислота лимонная	0,3	0,3	0	0	0	0,1								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Выход:		60	1,2	4,2	6	68								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,02	0,03	540	0	0,9	7,2	75	11	15	22	0,27	2,3	0,04	25
томатное пюре	0,01	0	20,2	0	1,75	1,3	93	3	6,7	10	0,29	0	0,1	0
лук репчатый	0	0	0	0	0,43	0,3	16	3	1,3	5,5	0,08	0,3	0,05	3,4
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0,01	0	0,15	0	0,4	0,4	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0
Выход:	0,03	0,03	560	0	3,23	68	184	18	23	37	0,65	11	0,19	28

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Морковь перебирают, промывают проточной водой, отваривают, очищают от кожицы, пропускают через мясорубку (для готовой продукции).

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют и пассеруют с добавлением масла подсолнечного, в конце пассерования добавляют томатное-пюре.

Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают.

Морковь соединяют с пассерованным луком, добавляют соль, раствор лимонной кислоты, сахар, прогревают и охлаждают.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - густая, однородная; цвет - морковно-оранжевый; вкус и запах - соответствует продуктам, входящим в блюдо.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ

Номер рецептуры: 54-13з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	35,6	28,5	0,4	0,1	2,3	11,0								
масло подсолнечное	1,5	1,5	0,0	1,3	0,0	11,9								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
Выход:		30	0,4	1,4	2,3	22,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,0	0,0	0,3	0,0	1,1	10,0	68,1	9,3	5,5	10,7	0,3	2,0	0,2	5,7
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	29,4	0,0	0,3	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
Выход:	0	0	0,3	0	1,1	39	68	9,6	5,5	11	0,4	6	0,2	5,7

Номер рецептуры: 54-13з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	71,2	57	0,8	0,1	4,6	21,9								
масло подсолнечное	3	3	0	2,6	0	23,7								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Выход:		60	0,8	2,7	4,6	45,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,01	0,02	0,68	0	2,28	20	136	19	11	21	0,69	4	0,35	11
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0
Выход:	0,01	0,02	0,68	0	2,28	79	136	19	11	22	0,7	12	0,35	11

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают, очищают от кожицы, измельчают на овощерезке. При отпуске заправляют солью, растительным маслом.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид - свекла мелко измельчена; консистенция: мягкая, сочная; цвет - темно-малиновый; вкус и запах - свойственные свекле.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И ИЗЮМОМ

Номер рецептуры: 54-14з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	28,1	22,5	0,3	0,0	1,8	8,7								
курага	3,2	3,0	0,2	0,0	1,4	6,3								
изюм	3,1	3,0	0,1	0,0	1,8	7,6								
масло подсолнечное	1,8	1,8	0,0	1,6	0,0	14,3								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
Выход:		30	0,5	1,6	5	36,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,0	0,0	0,3	0,0	0,9	7,9	53,8	7,3	4,3	8,4	0,3	1,6	0,1	4,5
курага	0,0	0,0	10,5	0,0	0,1	0,4	42,8	4,2	2,7	3,8	0,1	0,0	0,0	0,0
изюм	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	2,7	20,7	2,1	1,1	3,4	0,1	0,0	0,0	7,0
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	29,4	0,0	0,3	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
Выход:	0	0	10,9	0	1	40	117	14	8,2	16	0,4	5,6	0,2	12

Номер рецептуры: 54-14з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	56,2	45	0,6	0	3,6	17,3								
курага	6,4	6	0,3	0	2,8	12,5								
изюм	6,1	6	0,1	0	3,6	15,1								
масло подсолнечное	3,6	3,6	0	3,2	0	28,5								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Выход:		60	1	3,2	10	73,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,01	0,01	0,54	0	1,8	16	108	15	8,6	17	0,55	3,2	0,28	9
курага	0	0,01	21	0	0,1	0,8	86	8,5	5,5	7,6	0,17	0	0	0
изюм	0,01	0	0,22	0	0	5,3	41	4,2	2,2	6,7	0,16	0,1	0,03	14
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0
Выход:	0,02	0,02	21,8	0	1,9	81	234	28	16	31	0,89	11	0,31	23

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают или запекают в духовом шкафу до готовности, очищают от кожицы, измельчают на овощерезке.

Курагу замачивают, промывают проточной водой, измельчают.

Изюм перебирают, очищая от плодоножек, замачивают, просушивают.

В измельченную свеклу добавляют мелко нарезанную курагу и изюм, заправляют растительным маслом и солью. Салат укладывают горкой.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Цвет - свекольный; вкус и запах - соответствуют продуктам, входящим в блюдо.

ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ

Номер рецептуры: 54-15з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	28,1	22,5	0,3	0,0	1,8	8,7								
томатное пюре	8,4	8,4	0,3	0,0	0,9	4,8								
лук репчатый	6,8	5,4	0,1	0,0	0,4	2,0								
масло подсолнечное	2,4	2,4	0,0	2,1	0,0	19,0								
сахар-песок	0,4	0,4	0,0	0,0	0,3	1,3								
кислота лимонная	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	0,1								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
Выход:		30	0,7	2,1	3,4	35,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,0	0,0	0,3	0,0	0,9	7,9	53,8	7,3	4,3	8,4	0,3	1,6	0,1	4,5
томатное пюре	0,0	0,0	10,1	0,0	0,9	0,6	46,7	1,5	3,4	5,1	0,1	0,0	0,1	0,0
лук репчатый	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,2	7,8	1,5	0,7	2,7	0,0	0,2	0,0	1,7
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
сахар-песок	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
кислота лимонная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	29,4	0,0	0,3	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
Выход:	0	0	10,4	0	2,1	38	109	11	8,4	16	0,5	5,7	0,2	6,2

Номер рецептуры: 54-15з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
свекла	56,2	45	0,6	0	3,6	17,3
томатное пюре	16,8	16,8	0,6	0	1,8	9,5
лук репчатый	13,5	10,8	0,1	0	0,8	4
масло подсолнечное	4,8	4,8	0	4,2	0	38
сахар-песок	0,7	0,7	0	0	0,6	2,5
кислота лимонная	0,3	0,3	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Выход:		60	1,3	4,2	6,8	71,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,01	0,01	0,54	0	1,8	16	108	15	8,6	17	0,55	3,2	0,28	9
томатное пюре	0,01	0	20,2	0	1,75	1,3	93	3	6,7	10	0,29	0	0,1	0
лук репчатый	0	0	0	0	0,43	0,3	16	3	1,3	5,5	0,08	0,3	0,05	3,4
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0,01	0	0,15	0	0,4	0,4	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0
Выход:	0,02	0,01	20,7	0	4,13	76	217	22	17	33	0,93	11	0,43	12

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой. Свеклу отваривают или запекают в духовом шкафу до готовности, очищают от кожицы, пропускают через мясорубку (до готовой продукции).

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют и пассеруют с добавлением масла подсолнечного, в конце пассерования добавляют томатное-пюре.

Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают.

Свеклу соединяют с пассерованным луком, добавляют соль, раствор лимонной кислоты, сахар, прогревают и охлаждают.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - густая, однородная; цвет - свекольный; вкус и запах - соответствуют продуктам, входящим в блюдо.

ВИНЕГРЕТ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ

Номер рецептуры: 54-16з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	9	6,6	0,1	0	1	4,6
лук репчатый	5,6	4,5	0,05	0	0,35	1,65
морковь	3,75	3	0,05	0	0,2	0,9
свекла	5,6	4,5	0,05	0	0,35	1,75
огурец соленый	11,25	9	0,05	0	0,15	0,9
масло подсолнечное	3	3	0	2,65	0	23,75
соль поваренная йодированная	0,05	0,05	0	0	0	0
Выход:		30	0,3	2,65	2,05	33,55

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,01	0,01	0,12	0	0,53	0,3	31	0,6	1,3	3,3	0,05	0,3	0,02	2
лук репчатый	0	0	0	0	0,18	0,1	6,5	1,2	0,6	2,3	0,03	0,1	0,02	1,4
морковь	0	0	36	0	0,06	0,5	5	0,7	1	1,4	0,02	0,2	0,01	1,7
свекла	0	0	0,06	0	0,18	1,6	11	1,5	0,9	1,7	0,06	0,3	0,03	0,9
огурец соленый	0	0	0,27	0	0,18	76	11	1,8	1,1	1,9	0,05	0	0	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	22	0	0,2	0	0,1	0	3	0	0
Выход:	0,01	0,01	36,4	0	1,13	100	64	6,1	4,8	11	0,2	3,9	0,07	5,9

Номер рецептуры: 54-16з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	18	13,2	0,2	0	2	9,2
лук репчатый	11,2	9	0,1	0	0,7	3,3
морковь	7,5	6	0,1	0	0,4	1,8
свекла	11,2	9	0,1	0	0,7	3,5
огурец соленый	22,5	18	0,1	0	0,3	1,8
масло подсолнечное	6	6	0	5,3	0	47,5
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0
Выход:		60	0,6	5,3	4,1	67,1

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,01	0,01	0,24	0	1,06	0,5	62	1,2	2,6	6,7	0,1	0,7	0,03	4
лук репчатый	0	0	0	0	0,36	0,3	13	2,5	1,1	4,5	0,06	0,3	0,04	2,8
морковь	0	0	72	0	0,12	1	10	1,4	2	2,9	0,04	0,3	0,01	3,3
свекла	0	0	0,11	0	0,36	3,2	22	2,9	1,7	3,4	0,11	0,6	0,06	1,8
огурец соленый	0	0	0,54	0	0,36	152	21	3,6	2,2	3,8	0,09	0	0	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	44	0	0,5	0	0,1	0	6	0	0
Выход:	0,01	0,01	72,9	0	2,26	201	128	12	9,7	21	0,4	7,9	0,14	12

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, обрезают, запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, нарезают на овощерезке на кубики.

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками.

Морковь перебирают, моют, чистят, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками.

Огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками 1 x 6 мм, отжимают.

Лук репчатый перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и нарезают на мелкие кубики, бланшируют.

Все овощи, за исключением свеклы, соединяют, заправляют растительным маслом и солью.

Свеклу заправляют растительным маслом отдельно, затем соединяют с остальными овощами, хорошо перемешивают.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - овощи аккуратно нарезаны; консистенция: вареные овощи - мягкие, сырые - слегка хрустящие; цвет - соответствует виду овощей; вкус и запах - соответствуют виду овощей.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЧЕРНОСЛИВА

Номер рецептуры: 54-17з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
морковь	28,1	22,5	0,3	0,0	1,6	7,6								
чернослив	8,1	7,5	0,2	0,1	4,3	18,4								
сахар-песок	0,6	0,6	0,0	0,0	0,6	2,4								
Выход:		30	0,5	0,1	6,5	28,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,0	0,0	450,0	0,0	1,1	4,7	45,0	6,1	8,6	12,4	0,2	1,1	0,0	###
чернослив	0,0	0,0	0,8	0,0	0,2	0,8	64,8	6,0	7,7	6,2	0,2	0,0	0,0	0,3
сахар-песок	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:	0	0	451	0	1,4	5,5	110	12	16	19	0,4	1,2	0	13

Номер рецептуры: 54-17з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
морковь	56,2	45	0,6	0	3,1	15,2								
чернослив	16,1	15	0,3	0,1	8,6	36,8								
сахар-песок	1,2	1,2	0	0	1,2	4,8								
Выход:		60	0,9	0,1	12,9	56,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,03	0,03	900	0	2,25	9,5	90	12	17	25	0,32	2,3	0,05	25
чернослив	0	0,01	1,5	0	0,45	1,5	130	12	15	12	0,45	0,1	0,04	0,6
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,04	902	0	2,7	11	220	24	32	37	0,77	2,3	0,09	25

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Чернослив перебирают промывают в теплой воде, замачивают на 20-30 мин. в горячей воде, удаляют косточки и нарезают кусочками.

Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Морковь и чернослив смешивают в одной емкости и добавляют сахар.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – овощи аккуратно нарезаны; консистенция – сочная; вкус, цвет и запах - свойственные моркови и черносливу.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ

Номер рецептуры: 54-18з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	31,1	24,9	0,4	0,0	2,0	9,6								
чернослив	3,9	3,6	0,1	0,0	1,9	8,1								
масло подсолнечное	1,8	1,8	0,0	1,6	0,0	14,3								
Выход:		30	0,5	1,6	3,9	31,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,0	0,0	0,3	0,0	1,0	8,7	59,5	8,1	4,8	9,3	0,3	1,7	0,2	5,0
чернослив	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,3	25,8	2,5	3,2	2,6	0,1	0,0	0,0	0,1
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:	0	0	0,5	0	1	9	85	11	8	12	0,4	1,8	0,2	5,1

Номер рецептуры: 54-18з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	62,2	49,8	0,7	0	4	19,2								
чернослив	7,7	7,2	0,2	0	3,8	16,1								
масло подсолнечное	3,6	3,6	0	3,2	0	28,5								
Выход:		60	0,9	3,2	7,8	63,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,01	0,02	0,6	0	1,99	17	119	16	9,5	19	0,61	3,5	0,31	10
чернослив	0	0,01	0,43	0	0,09	0,6	52	5,1	6,4	5,2	0,19	0	0,02	0,3
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,03	1,03	0	2,08	18	171	21	16	24	0,8	3,5	0,33	10

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Чернослив перебирают, промывают в теплой воде, замачивают на 20-30 мин. в горячей воде, удаляют косточки и нарезают кусочками.

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают или запекают в жарочном шкафу до готовности, очищают от кожицы, нарезают тонкой мелкой соломкой.

Смешивают чернослив с нарезанной свеклой, добавляют растительное масло.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - ингредиенты аккуратно нарезаны; консистенция – сочная; вкус, цвет и запах - свойственные свекле и черносливу.

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)

Номер рецептуры: 53-19з (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
масло сливочное	10	10	0,1	7,2	0,1	66,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
масло сливочное	0	0,01	45	0,13	0	1,5	3	2,4	0	3	0,02	0	0,1	0,3

Способ термической обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Масло нарезают на кусочки.

Перед раздачей порционированное масло хранят в холодильнике.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция – твердая; масса однородная; вкус и запах – сливочного масла.

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ

Номер рецептуры: 54-20з (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
горошек зеленый	46,5	30	0,85	0,05	1,75	11,05								
консервированный	93	60	1,7	0,1	3,5	22,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
горошек зеленый	0,03	0,01	9	0	1,2	82	25	5,3	5,5	16	0,19	0	0,35	0
консервированный	0,05	0,02	18	0	2,4	164	49	11	11	32	0,37	0	0,69	0

Способ термической обработки: кипячение.

Технология приготовления:

Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку 3-5 минут, отвар сливают. Охлажденный горошек раскладывают на порции.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна сохранили форму; консистенция - зерна мягкие; цвет - характерный для входящих в состав изделия продуктов; вкус и запах - характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов и запахов.

КУКУРУЗА САХАРНАЯ

Номер рецептуры: 54-21з (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
кукуруза консервированная	46,5	30	0,6	0,1	3,05	15,65								
	93	60	1,2	0,2	6,1	31,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
кукуруза консервированная	0,01	0,01	0,36	0	0,58	91	34	11	3,4	11	0,1	0	0,13	5,4
	0,01	0,02	0,72	0	1,15	182	68	22	6,8	21	0,19	0	0,26	11

Способ термической обработки: кипячение.

Технология приготовления:

Кукурузу консервированную выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку 3-5 минут, отвар сливают. Охлажденную кукурузу раскладывают на порции. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна сохранили форму; консистенция: зерна мягкие; цвет: характерный для входящих в состав изделия продуктов; вкус и запах: характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов и запахов.

МАРИНАД ОВОЩНОЙ СО СВЕКЛОЙ

Номер рецептуры: 54-22з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	19,1	15,3	0,2	0,0	1,3	5,9								
лук репчатый	7,6	6,1	0,1	0,0	0,5	2,2								
томатное пюре	3,0	3,0	0,1	0,0	0,3	1,7								
масло подсолнечное	3,0	3,0	0,0	2,7	0,0	23,8								
сахар-песок	0,6	0,6	0,0	0,0	0,6	2,2								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0								
кислота лимонная	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	0,1								
лавровый лист	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1								
вода	1,2	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0								
Выход:		30	0,4	2,7	2,6	35,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,0	0,0	0,2	0,0	0,6	5,4	36,6	5,0	2,9	5,7	0,2	1,1	0,1	3,1
лук репчатый	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,2	8,8	1,7	0,7	3,1	0,0	0,2	0,0	1,9
томатное пюре	0,0	0,0	3,6	0,0	0,3	0,2	16,7	0,5	1,2	1,8	0,1	0,0	0,0	0,0
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
сахар-песок	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	88,3	0,0	1,0	0,1	0,2	0,0	12,0	0,0	0,0
кислота лимонная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,4	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
лавровый лист	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
вода	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:	0	0	3,8	0	1,3	94	63	8,7	5	11	0,3	13	0,1	4,9

Номер рецептуры: 54-22з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	38,2	30,6	0,4	0	2,5	11,8								
лук репчатый	15,1	12,1	0,2	0	0,9	4,4								
томатное пюре	6	6	0,2	0	0,6	3,4								
масло подсолнечное	6	6	0	5,3	0	47,5								
сахар-песок	1,2	1,2	0	0	1,1	4,4								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
кислота лимонная	0,5	0,5	0	0	0	0,1								
лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,2								
вода	2,4	2,4	0	0	0	0								
Выход:		60	0,8	5,3	5,1	71,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0	0,01	0,37	0	1,22	11	73	10	5,9	11	0,37	2,1	0,19	6,1
лук репчатый	0	0	0	0	0,48	0,4	18	3,3	1,5	6,1	0,08	0,4	0,05	3,8
томатное пюре	0	0	7,2	0	0,62	0,5	33	1,1	2,4	3,7	0,1	0	0,04	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
кислота лимонная	0	0	0,01	0	0,28	0	0,7	0,6	0,1	0,1	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,11	0	0,01	0	0,3	0,4	0,1	0,1	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	7,69	0	2,61	188	125	17	10	22	0,59	27	0,28	9,9

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают. Вареную свеклу нарезают соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют соломкой. Лук, нарезанный соломкой, пассеруют на растительном масле, затем добавляют свеклу, томатное пюре и пассеруют ещё 5-7 мин., добавляют лимонную кислоту, соль и кипятят 15-20 мин, в конце варки в маринад добавляют лавровый лист, сахар.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - жидкая; цвет - темно-розовый с кусочками овощей, входящих в рецептуру; вкус и запах - продуктов, входящих в состав маринада.

МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ

Номер рецептуры: 54-23з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
морковь	22,5	18	0,2	0	1,15	5,55								
лук репчатый	5,6	4,5	0,05	0	0,35	1,65								
томатное пюре	4,5	4,5	0,15	0	0,5	2,55								
масло подсолнечное	3	3	0	2,65	0	23,75								
сахар-песок	1,05	1,05	0	0	0,95	3,8								
кислота лимонная	0,25	0,25	0	0	0	0,05								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0								
вода	3	3	0	0	0	0								
Выход:		30	0,4	2,65	2,95	37,35								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,01	0,01	216	0	0,36	2,9	30	4,3	6	8,6	0,11	0,9	0,02	9,9
лук репчатый	0	0	0	0	0,18	0,1	6,5	1,2	0,6	2,3	0,03	0,1	0,02	1,4
томатное пюре	0	0	5,4	0	0,47	0,3	25	0,8	1,8	2,7	0,08	0	0,03	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,01	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0,01	0	0,14	0	0,4	0,3	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	29	0	0,3	0	0,1	0	4	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	221	0	1,15	32	62	7	8,4	14	0,23	5	0,07	11

Номер рецептуры: 54-23з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
морковь	45	36	0,4	0	2,3	11,1								
лук репчатый	11,2	9	0,1	0	0,7	3,3								
томатное пюре	9	9	0,3	0	1	5,1								
масло подсолнечное	6	6	0	5,3	0	47,5								
сахар-песок	2,1	2,1	0	0	1,9	7,6								
кислота лимонная	0,5	0,5	0	0	0	0,1								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
вода	6	6	0	0	0	0								
Выход:		60	0,8	5,3	5,9	74,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,02	0,02	432	0	0,72	5,8	60	8,6	12	17	0,22	1,8	0,03	20
лук репчатый	0	0	0	0	0,36	0,3	13	2,5	1,1	4,5	0,06	0,3	0,04	2,8
томатное пюре	0	0	10,8	0	0,94	0,7	50	1,6	3,6	5,5	0,16	0	0,06	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0,01	0	0,28	0	0,7	0,6	0,1	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	58	0	0,6	0	0,1	0	7,9	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,02	443	0	2,3	65	124	14	17	28	0,45	10	0,13	23

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и нарезают на мелкие кубики.

Овощи нарезают соломкой, пассеруют на растительном масле, затем добавляют томатное пюре и пассеруют ещё 7-10 мин. После этого добавляют воду, лимонную кислоту и кипятят 15-20 мин. В конце варки добавляют соль, сахар.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - жидкая; цвет - темно-красный с кусочками овощей, входящих в рецептуру; вкус и запах - продуктов, входящих в состав маринада.

ИКРА КАБАЧКОВАЯ

Номер рецептуры: 54-24з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
кабачок	39,4	31,5	0,2	0,1	1,3	6,8
капуста белокочанная	8,3	6,6	0,1	0,0	0,3	1,7
лук репчатый	4,1	3,3	0,1	0,0	0,3	1,2
томатное пюре	3,3	3,3	0,1	0,0	0,4	1,9
масло подсолнечное	1,5	1,5	0,0	1,3	0,0	11,9
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
кислота лимонная	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	0,1
Выход:		30	0,5	1,4	2,2	23,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	кабачок	0,0	0,0	0,9	0,0	1,9	0,5	62,2	4,2	2,5	3,3	0,1	0,0	0,1
капуста белокочанная	0,0	0,0	0,1	0,0	1,2	0,7	16,4	2,8	0,9	1,8	0,0	0,2	0,0	0,7
лук репчатый	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	4,8	0,9	0,4	1,7	0,0	0,1	0,0	1,0
томатное пюре	0,0	0,0	4,0	0,0	0,3	0,3	18,4	0,6	1,3	2,0	0,1	0,0	0,0	0,0
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	29,4	0,0	0,3	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
кислота лимонная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,4	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:	0	0	5	0	3,7	31	102	9,1	5,2	8,9	0,2	4,3	0,1	3,1

Номер рецептуры: 54-24з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
кабачок	78,8	63	0,4	0,2	2,6	13,5
капуста белокочанная	16,5	13,2	0,2	0	0,6	3,3
лук репчатый	8,2	6,6	0,1	0	0,5	2,4
томатное пюре	6,6	6,6	0,2	0	0,7	3,7
масло подсолнечное	3	3	0	2,6	0	23,7
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
кислота лимонная	0,6	0,6	0,01	0	0,03	0,2
Выход:		60	0,91	2,8	4,43	46,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
кабачок	0,01	0,02	1,89	0	3,78	1	124	8,3	4,9	6,6	0,22	0	0,11	2,8
капуста белокочанная	0	0	0,24	0	2,38	1,3	33	5,6	1,8	3,6	0,07	0,4	0,03	1,3
лук репчатый	0	0	0	0	0,26	0,2	9,6	1,8	0,8	3,3	0,05	0,2	0,03	2,1
томатное пюре	0	0	7,92	0	0,69	0,5	37	1,2	2,6	4	0,11	0	0,04	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0
кислота лимонная	0	0	0,01	0	0,31	0	0,8	0,7	0,1	0,1	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,02	10,1	0	7,42	62	204	18	10	18	0,46	8,6	0,21	6,1

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Кабачки моют, очищают от кожицы, запекают в жарочном шкафу, измельчают. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Шинкованную белокочанную капусту тушат до полуготовности, добавляют пассерованный с томатным пюре и маслом репчатый лук и тушат до готовности капусты. В конце тушения добавляют кабачки, заправляют лимонной кислотой, йодированной солью.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция густая, однородная. Цвет оранжевый. Вкус и запах соответствуют продуктам, входящим в блюдо.

ИКРА БАКЛАЖАННАЯ

Номер рецептуры: 54-25з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
баклажан	39,4	31,5	0,4	0,1	1,3	6,9								
лук репчатый	4,1	3,3	0,1	0,0	0,3	1,2								
томатное пюре	3,3	3,3	0,1	0,0	0,4	1,9								
масло подсолнечное	1,8	1,8	0,0	1,6	0,0	14,3								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
кислота лимонная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0								
Выход:		30	0,5	1,7	1,9	24,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
баклажан	0,0	0,0	0,6	0,0	0,6	1,4	62,2	4,2	2,5	9,3	0,1	0,6	0,1	4,4
лук репчатый	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	4,8	0,9	0,4	1,7	0,0	0,1	0,0	1,0
томатное пюре	0,0	0,0	4,0	0,0	0,3	0,3	18,4	0,6	1,3	2,0	0,1	0,0	0,0	0,0
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	29,4	0,0	0,3	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
кислота лимонная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:	0	0	4,5	0	1,1	31	85	6	4,2	13	0,2	4,7	0,1	5,4

Номер рецептуры: 54-25з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
баклажан	78,8	63	0,7	0,1	2,6	13,7
лук репчатый	8,2	6,6	0,1	0	0,5	2,4
томатное пюре	6,6	6,6	0,2	0	0,7	3,7
масло подсолнечное	3,6	3,6	0	3,2	0	28,5
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
кислота лимонная	0,06	0,06	0	0	0	0
Выход:		60	1	3,3	3,8	48,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
баклажан	0,02	0,03	1,13	0	1,26	2,9	124	8,3	4,9	19	0,22	1,3	0,17	8,8
лук репчатый	0	0	0	0	0,26	0,2	9,6	1,8	0,8	3,3	0,05	0,2	0,03	2,1
томатное пюре	0	0	7,92	0	0,69	0,5	37	1,2	2,6	4	0,11	0	0,04	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,03	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,03	9,05	0	2,24	62	171	12	8,4	26	0,39	9,5	0,24	11

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Баклажаны моют, удаляют плодоножку и запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, кожицу снимают, мякоть измельчают. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Шинкованный репчатый лук пассеруют, добавляют томатное пюре и

пассеруют еще 10-15 минут. Массу соединяют с баклажанами и тушат до загустения, заправляют лимонной кислотой и солью.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция густая, однородная. Цвет красно-коричневый. Вкус и запах соответствуют продуктам, входящим в блюдо.

ИКРА ОВОЩНАЯ

Номер рецептуры: 54-26з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
баклажан	14,9	11,9	0,2	0,0	0,5	2,6								
кабачок	16,8	13,4	0,1	0,1	0,6	2,9								
капуста белокочанная	8,6	6,9	0,1	0,0	0,3	1,7								
морковь	6,0	4,8	0,1	0,0	0,3	1,5								
лук репчатый	4,1	3,3	0,1	0,0	0,3	1,2								
томатное пюре	3,3	3,3	0,1	0,0	0,4	1,9								
масло подсолнечное	1,5	1,5	0,0	1,3	0,0	11,9								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
Выход:		30	0,6	1,4	2,3	23,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
баклажан	0,0	0,0	0,2	0,0	0,2	0,5	23,5	1,6	0,9	3,5	0,0	0,2	0,0	1,7
кабачок	0,0	0,0	0,4	0,0	0,8	0,2	26,4	1,8	1,1	1,4	0,0	0,0	0,0	0,6
капуста белокочанная	0,0	0,0	0,1	0,0	1,2	0,7	17,2	2,9	1,0	1,9	0,0	0,2	0,0	0,7
морковь	0,0	0,0	57,6	0,0	0,1	0,8	8,0	1,1	1,6	2,3	0,0	0,2	0,0	2,6
лук репчатый	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	4,8	0,9	0,4	1,7	0,0	0,1	0,0	1,0
томатное пюре	0,0	0,0	4,0	0,0	0,3	0,3	18,4	0,6	1,3	2,0	0,1	0,0	0,0	0,0
масло подсолнечное	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	29,4	0,0	0,3	0,0	0,1	0,0	4,0	0,0	0,0
Выход:	0	0	62,3	0	2,9	32	98	9,2	6,3	13	0,2	4,8	0,1	6,6

Номер рецептуры: 54-26з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
баклажан	29,8	23,8	0,3	0	1	5,2
кабачок	33,5	26,8	0,2	0,1	1,1	5,7
капуста белокочанная	17,2	13,8	0,2	0	0,6	3,4
морковь	12	9,6	0,1	0	0,6	3
лук репчатый	8,2	6,6	0,1	0	0,5	2,4
томатное пюре	6,6	6,6	0,2	0	0,7	3,7
масло подсолнечное	3	3	0	2,6	0	23,7
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Выход:		60	1,1	2,7	4,5	47,1

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
баклажан	0,01	0,01	0,43	0	0,48	1,1	47	3,1	1,9	7,1	0,08	0,5	0,06	3,3
кабачок	0,01	0,01	0,8	0	1,61	0,4	53	3,5	2,1	2,8	0,09	0	0,05	1,2
капуста белокочанная	0	0	0,25	0	2,48	1,4	34	5,8	1,9	3,7	0,07	0,4	0,04	1,4
морковь	0	0,01	115	0	0,19	1,5	16	2,3	3,2	4,6	0,06	0,5	0,01	5,3
лук репчатый	0	0	0	0	0,26	0,2	9,6	1,8	0,8	3,3	0,05	0,2	0,03	2,1
томатное пюре	0	0	7,92	0	0,69	0,5	37	1,2	2,6	4	0,11	0	0,04	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0
Выход:	0,02	0,03	125	0	5,71	64	197	18	13	26	0,47	9,6	0,23	13

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Кабачки моют, очищают от кожицы. нарезают кружочками, запекают в жарочном шкафу, измельчают. Баклажаны моют, удаляют плодоножку и запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, кожицу снимают, мякоть измельчают. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Шинкованную белокочанную капусту тушат до полуготовности, добавляют пассерованный с томатным пюре и маслом репчатый лук, морковь и тушат до готовности капусты, затем добавляют кабачки, баклажаны и тушат вместе 15-20 минут, заправляют солью.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Икра уложена горкой. Консистенция мягкая, сочная однородная. Цвет светло-коричневый. Вкус запеченных овощей, пассерованного лука и томатов.

МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ

Номер рецептуры: 54-27з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
морковь	40,9	32,7	0,4	0,1	2,1	10,1
масло сливочное	1,5	1,5	0	1	0	8,8
вода	60	60	0	0	0	0
Выход:		30	0,4	1	2,1	18,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0	0	392	0	0,7	5,2	54	7,8	11	16	0,2	1,6	0	18
масло сливочное	0	0	4,1	0	0	0,2	0,4	0,3	0	0,4	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	396	0	0,7	5,4	55	8	11	16	0,2	1,6	0	18

Номер рецептуры: 54-27з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал								
	брутто	нетто												
морковь	81,8	65,4	0,8	0,1	4,1	20,1								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,5								
вода	120	120	0	0	0	0								
Выход:		60	0,8	2	4,1	37,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,03	0,04	785	0	1,31	10	109	16	22	31	0,4	3,3	0,06	36
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,04	793	0,04	1,31	11	109	16	22	32	0,41	3,3	0,09	36

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, нарезают на дольки. Морковь заливают небольшим количеством воды и варят при слабом кипении с закрытой крышкой. После готовности отвар сливают, морковь обсушивают и раскладывают на порции.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - дольки овощей одинаковые, не разварившиеся, сохранили форму; цвет - оранжевый; вкус и запах - свойственные моркови.

СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ

Номер рецептуры: 54-28з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал								
	брутто	нетто												
свекла	40,9	32,7	0,5	0,1	2,6	12,6								
кислота лимонная	0,1	0,1	0	0	0	0								
вода	100	100	0	0	0	0								
Выход:		30	0,5	0,1	2,6	12,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0	0	0,4	0	1,3	11	78	11	6,3	12	0,4	2,3	0,2	6,5
кислота лимонная	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0,4	0	1,3	11	78	11	6,3	12	0,4	2,3	0,2	6,5

Номер рецептуры: 54-28з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
свекла	81,8	65,4	0,9	0,1	5,2	25,2
кислота лимонная	0,1	0,1	0	0	0	0
вода	200	200	0	0	0	0
Выход:		60	0,9	0,1	5,2	25,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,01	0,02	0,78	0	2,62	23	156	21	13	24	0,8	4,6	0,4	13
кислота лимонная	0	0	0	0	0,05	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,02	0,78	0	2,67	23	156	21	13	24	0,8	4,6	0,4	13

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой. Заливают небольшим количеством горячей воды, добавляют лимонную кислоту для сохранения окраски, варят до готовности при закрытой крышке. Нарезают дольками. Свеклу допускается отваривать в кожуре и очищать после готовности, после чего нарезать на дольки.

Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - дольки овощей одинаковые, не разварившиеся, сохранили форму; цвет - оранжевый; вкус и запах - свойственные моркови.

МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С ИЗЮМОМ И ЛАМИНАРИЕЙ

Номер рецептуры: 54-29з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
морковь	39,4	31,5	0,4	0	2	9,7								
изюм	0,9	0,9	0	0	0,5	2,3								
ламинария листовая	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
сахар-песок	0,9	0,9	0	0	0,8	3,3								
масло сливочное	1,8	1,8	0	1,1	0	10,5								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Выход:		30	0,4	1,2	3,5	26,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0	0	378	0	0,6	5	52	7,5	10	15	0,2	1,6	0	17
изюм	0	0	0	0	0	0,8	6,2	0,6	0,3	1	0	0	0	2,1
ламинария листовая	0	0	0	0	0	5,1	0,2	0,7	0,5	0	0	179	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	4,9	0	0	0,2	0,4	0,4	0	0,5	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	44	0	0,5	0	0,1	0	6	0	0
Выход:	0	0	383	0	0,6	55	59	9,7	11	17	0,2	186	0,1	19

Номер рецептуры: 54-29з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
морковь	78,7	63	0,8	0,1	4,0	19,4								
изюм	1,9	1,8	0,1	0	1,1	4,6								
ламинария листовая	0,4	0,3	0	0	0,2	0,9								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	3,6	3,6	0	2,3	0,1	20,9								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Выход:		60	0,8	2,3	7,0	52,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,03	0,04	756	0	1,26	10	105	15	21	30	0,38	3,2	0,05	35
изюм	0	0	0,07	0	0	1,6	12	1,3	0,7	2	0,05	0	0,01	4,2
ламинария листовая	0	0	0,04	0,03	0	10	0,3	1,3	1	0,1	0,02	357	0,02	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,01	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	9,72	0,05	0	0,4	0,9	0,8	0	0,9	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
Выход:	0,03	0,04	766	0,08	1,26	111	118	19	23	33	0,47	372	0,12	39

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Сухую ламинарию измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа. Изюм перебирают, очищая от плодоножек, замачивают, просушивают. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины соломкой и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного до полуготовности. Затем кладут подготовленные изюм и ламинарию, сахар, соль и тушат до готовности.

Температура подачи: не более 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Цвет - морковный; вкус и запах - соответствует продуктам входящим в блюдо.

ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ

Номер рецептуры: 54-30з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Сельдь атлантическая	8,5	7,5	1,2	1,3	0	16,6
Картофель	9	6,6	0,1	0	1	4,6
Лук репчатый	5,6	4,5	0,1	0	0,3	1,7
Морковь	3,8	3	0	0	0,2	0,9
Свекла	5,6	4,5	0,1	0	0,4	1,7
Огурец соленый	11,3	9	0,1	0	0,1	0,9
Масло подсолнечное	3	3	0	2,6	0	23,7
Соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0
Выход:		30	1,6	4	2	50,1

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Сельдь атлантическая	0	0	1,4	0,3	0	5,7	19	4	2	18	0,1	0	2,4	0
Картофель	0	0	0,1	0	0,5	0,3	31	0,6	1,3	3,3	0,1	0,3	0	2
Лук репчатый	0	0	0	0	0,2	0,1	6,5	1,2	0,5	2,3	0	0,2	0	1,4
Морковь	0	0	36	0	0,1	0,5	5	0,7	1	1,4	0	0,2	0	1,7
Свекла	0	0	0,1	0	0,2	1,6	11	1,5	0,9	1,7	0,1	0,3	0	0,9
Огурец соленый	0	0	0,3	0	0,2	76	11	1,8	1,1	1,9	0	0	0	0
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	22	0	0,2	0	0	0	3	0	0
Выход:	0	0	37,8	0,3	1,2	106	83	10	6,8	29	0,3	3,9	2,5	5,9

Номер рецептуры: 54-30з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Сельдь атлантическая	17	15	2,5	3	0,0	33,2
Картофель	17,9	13,2	0,2	0	2	9,2
Лук репчатый	11,3	9	0,1	0	0,7	3,3
Морковь	7,5	6	0,1	0	0,4	1,9
Свекла	11,3	9	0,1	0	0,7	3,5
Огурец соленый	22,5	18	0,1	0	0,3	1,8
Масло подсолнечное	6	6	0	5,3	0	47,5
Соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Выход:		60	3,2	7,9	4	100,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Сельдь атлантическая	0	0	2,7	0,6	0	11	39	7,9	3,9	37	0,1	0	4,8	0
Картофель	0	0	0,2	0	1,1	0,5	62	1,2	2,6	6,7	0,1	0,7	0	4
Лук репчатый	0	0	0	0	0,4	0,3	13	2,5	1,1	4,5	0,1	0,3	0,1	2,8
Морковь	0	0	72	0	0,1	1	10	1,4	2	2,9	0	0,3	0	3,3
Свекла	0	0	0,1	0	0,4	3,2	22	2,9	1,7	3,4	0,1	0,6	0,1	1,8
Огурец соленый	0	0	0,5	0	0,4	152	21	3,6	2,2	3,8	0,1	0	0	0
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	44	0	0,5	0	0,1	0	6	0	0
Выход:	0	0	75,6	0,6	2,3	212	166	20	14	58	0,5	7,9	5	12

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, обрезают, запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, нарезают на овощерезке на кубики. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками. Морковь перебирают, моют, чистят, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками. Огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками 1 x 6 мм, отжимают. Лук репчатый перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и нарезают на мелкие кубики, бланшируют. Все овощи, за исключением свеклы, соединяют, заправляют растительным маслом и солью. Свеклу заправляют растительным маслом отдельно, затем соединяют с остальными овощами, хорошо перемешивают. Винегрет раскладывают на проции,

сверху кладут разделанную на филе сельдь, нарезанную тонкими кусочками. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - овощи аккуратно нарезаны; консистенция: вареные овощи - мягкие, сырые - слегка хрустящие; цвет - соответствует виду овощей; вкус и запах - соответствуют виду овощей и рыбы.

КАПУСТА В НАРЕЗКЕ

Номер рецептуры: 54-31з (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Капуста белокочанная	37,5	30	0,5	0,0	1,4	8,1								
	75	60	1,1	0,1	2,8	16,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Капуста белокочанная	0,01	0,01	0,9	0	13,5	3,9	90	14	4,8	9,3	0,18	0,9	0,08	3
	0,02	0,02	1,8	0	27	7,8	180	29	9,6	19	0,36	1,8	0,15	6

Способ обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют соломкой с помощью овощерезательной машины. После нарезки раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - капуста нарезана соломкой; вкус и запах - свойственные капусте.

МОРКОВЬ В НАРЕЗКЕ

Номер рецептуры: 54-32з (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Морковь	37,5	30	0,4	0,0	2,1	10,1								
	75	60	0,8	0,1	4,1	20,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Морковь	0,02	0,02	600	0	1,5	6,3	60	8,1	11	17	0,21	1,5	0,04	17
	0,04	0,05	1200	0	3	13	120	16	23	33	0,42	3	0,08	33

Способ обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют средней соломкой, раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - морковь нарезана соломкой; вкус и запах - свойственные моркови.

СЕЛЬДЕРЕЙ В НАРЕЗКЕ

Номер рецептуры: 54-33з (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Сельдерей	37,5	30	0,3	0,0	0,6	3,9								
	75	60	0,5	0,1	1,3	7,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Сельдерей	0,01	0,03	225	0	11,4	60	129	22	15	23	0,39	2,3	0,11	1,2
	0,02	0,06	450	0	22,8	120	258	43	30	46	0,78	4,5	0,23	2,4

Способ обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Сельдерей перебирают, отрезают основание, разделяют на отдельные стебли. Полученные стебли промывают холодной проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями, далее зачищают от загрубевших участков, листьев, крупных нитей и волокон при помощи ножа. Зачищенные стебли повторно промывают и обсушивают. Стебли нарезают крупными брусочками, раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - стебли сельдерея нарезаны брусочками; вкус и запах - свойственные сельдерее.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

Номер рецептуры: 54-34з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Картофель	18,8	13,8	0,3	0,1	2,3	10,6								
Горошек зеленый консерв.	7,9	5,1	0,2	0	0,3	2,1								
Морковь	9,5	7,6	0,1	0	0,5	2,6								
Яйцо куриное	2,6	2,4	0,3	0,3	0	3,8								
Масло подсолнечное	1,8	1,8	0	1,8	0	16,2								
Соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0								
Выход:		30	0,8	2,2	3,1	35,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Картофель	0	0	0,4	0	2,8	0,7	78	1,4	3,2	8	0,1	0,7	0	4,1
Горошек зеленый консерв.	0	0	2,6	0	0,5	18	5	1	1,1	3,2	0	0	0,1	0
Морковь	0	0	152	0	0,4	1,6	15	2	2,9	4,2	0,1	0,4	0	4,2
Яйцо куриное	0	0	6,2	0,1	0	3,2	3,4	1,3	0,3	4,6	0,1	0,5	0,8	1,3
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	35	0	0,3	0	0,1	0	3,6	0	0
Выход:	0	0	161	0,1	3,6	59	102	6,1	7,4	20	0,3	5,1	0,9	9,6

Номер рецептуры: 54-34з (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Картофель	37,5	27,6	0,6	0,1	4,5	21,2								
Горошек зеленый консерв.	15,8	10,2	0,3	0	0,7	4,1								
Морковь	19	15,2	0,2	0	1,1	5,1								
Яйцо куриное	5,3	4,8	0,6	0,6	0	7,6								
Масло подсолнечное	3,6	3,6	0	3,6	0	32,4								
Соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Выход:		60	1,7	4,3	6,2	70,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Картофель	0	0	0,8	0	5,5	1,4	157	2,8	6,3	16	0,2	1,4	0,1	8,3
Горошек зеленый консерв.	0	0	5,1	0	1	37	10	2	2,1	6,3	0,1	0	0,2	0
Морковь	0	0	304	0	0,8	3,2	30	4,1	5,8	8,3	0,1	0,8	0	8,3
Яйцо куриное	0	0	12,5	0,1	0	6,4	6,7	2,6	0,6	9,2	0,1	1	1,5	2,6
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	70	0	0,7	0	0,1	0	7,2	0	0
Выход:	0,0	0,1	322	0,1	7,3	117	204	12	15	40	0,6	10	1,7	19

Способ обработки: не предусматривает термической обработки.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками. Морковь перебирают, моют, чистят, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками. Яйца обрабатывают, погружают в кипящую подсоленную воду и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. После варки яйца погружают в холодную воду. Яйца очищают, нарезают тонкими ломтиками. Консервированный зеленый горошек кипятят в собственном соку. Все ингредиенты смешивают, заправляют растительным маслом и солью. Салат укладывают горкой, оформляют яйцом. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция мягкая. Цвет, свойственный продуктам, входящим в состав блюда. Вкус варёного картофеля в сочетании с морковью, яйцом, зеленым горошком и растительным маслом. Запах свойственный варенному картофелю, моркови, яйцам с ароматом растительного масла.

3.2 ПЕРВЫЕ БЛЮДА

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ

Номер рецептуры: 54-1с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста белокочанная	350	280	4,7	0,2	12	69,1								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
петрушка (корень)	2,5	2	0	0	0,2	0,9								
томатное пюре	6	6	0,2	0	0,6	3,4								
мука пшеничная высший сорт	10	10	1	0,1	6,4	30,5								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон (вода)	800	800	15 (0)	3,5 (0)	2,2 (0)	100,6 (0)								
Выход (на воде):		1000	8,1	24,6	26,4	360,4								
Выход (на бульоне):		1000	23,1	28,1	28,6	461								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,06	0,09	5,04	0	50,4	27,7	697	118	39	76	1,46	8,4	0,74	28
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
петрушка (корень)	0	0	0,02	0	0,28	0,12	5,68	1	0,4	1,3	0,01	0	0	2,2
томатное пюре	0	0	7,2	0	0,62	0,46	33,4	1,1	2,4	3,7	0,1	0	0,04	0
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,23	10,1	1,6	1,4	7,5	0,1	0,2	0,53	2,2
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,11	0,16	525	0	53,8	493	920	187	66	155	2,39	76	1,71	73,8
Выход (на бульоне):	0,11	0,16	525	0	53,8	493	920	187	66	155	2,39	76	1,71	73,8

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Морковь припускают с маслом и небольшим количеством бульона до полуготовности.

Нашинкованный лук слегка бланшируют и пассеруют на масле.

В кипящий бульон (или воду) кладут капусту, доводят до кипения, добавляют припущенные корни, лук и варят 20-30 минут. За 5 минут до готовности добавляют соль, бланшированное томатное пюре, подсушенную муку, разведенную водой, и варят до готовности.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - капусты в сочетании с овощами; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ

Номер рецептуры: 54-2с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	200	160	2,3	0,1	12,8	61,5								
картофель	108,8	80	1,5	0,3	11,9	56								
капуста белокочанная	100	80	1,4	0,1	3,4	19,7								
морковь	62,5	50	0,6	0	3,1	15,4								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
петрушка (корень)	2,5	2	0	0	0,2	0,9								
томатное пюре	30	30	1	0	3,2	16,9								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
кислота лимонная	1	1	0	0	0	0,3								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон (вода)	800	800	15 (0)	3,5 (0)	2,2 (0)	100,6 (0)								
Выход (на воде):		1000	8,5	21,3	48,4	451,2								
Выход (на бульоне):		1000	23,5	24,8	50,6	551,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,02	0,05	1,92	0	6,4	55,9	382	52	31	60	1,95	11	0,99	32
картофель	0,07	0,04	1,44	0	6,4	3,04	377	7	16	40	0,63	4	0,19	24
капуста белокочанная	0,02	0,03	1,44	0	14,4	7,9	199	34	11	22	0,42	2,4	0,21	8
морковь	0,02	0,03	600	0	1	7,98	83	12	17	24	0,3	2,5	0,04	27,5
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
петрушка (корень)	0	0	0,02	0	0,28	0,12	5,68	1	0,4	1,3	0,01	0	0	2,2
томатное пюре	0,01	0,01	36	0	3,12	2,28	167	5,3	12	18	0,52	0	0,18	0
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,08	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0,02	0	0,52	0,05	1,33	1,2	0,1	0,1	0,01	0	0,01	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,16	0,21	673	0	33,8	535	1323	168	96	213	4,35	86	1,98	113
Выход (на бульоне):	0,16	0,21	673	0	33,8	535	1323	168	96	213	4,35	86	1,98	113

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, варят 10 мин., затем закладывают картофель, вареную свеклу, коренья, пассерованный лук с морковью, томатное пюре, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности борщ заправляют солью, сахаром, лимонной кислотой. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности блески жира светло-желтого цвета, овощи аккуратно нашинкованы, нарезка сохранилась; вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ

Номер рецептуры: 54-3с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	408	300	5,6	1,1	44,5	210,1
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3
огурец соленый	75	60	0,5	0,1	0,9	6
крупа рисовая	20	20	1,3	0,2	13,5	60,7
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0
бульон (вода)	750	750	14,1 (0)	3,3 (0)	2 (0)	94,3 (0)
Выход (на воде):		1000	9,6	25,7	66,1	533,3
Выход (на бульоне):		1000	23,7	29	68,1	627,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,26	0,17	5,4	0	24	11,4	1414	26	60	151	2,35	15	0,71	90
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
огурец соленый	0,01	0,01	1,8	0	1,2	507	70,2	12	7,3	13	0,31	0	0	0
крупа рисовая	0,01	0,01	0	0	0	1,82	16,6	1,4	8,7	26	0,17	0,3	2,66	10
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,32	0,26	520	0	27,7	984	1675	105	99	257	3,55	83	3,77	141
Выход (на бульоне):	0,32	0,26	520	0	27,7	984	1675	105	99	257	3,55	83	3,77	141

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Морковь и лук пассеруют с добавлением масла.

Соленые огурцы очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ромбиками. Соленые огурцы припускают в небольшом количестве бульона 10-15 мин.

Крупу рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду.

Крупу закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают.

В кипящий бульон (или воду) кладут полупроваренную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, пассерованные репчатый лук и морковь, через 5-10 мин добавляют припущенные огурцы.

За 5 минут до готовности рассольник заправляют солью.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат огурцов, крупы и овощей.

РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ

Номер рецептуры: 54-4с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	408	300	5,6	1,1	44,5	210,1								
капуста белокочанная	100	80	1,4	0,1	3,4	19,7								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
огурец соленый	75	60	0,5	0,1	0,9	6								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон (вода)	700	700	13,2 (0)	3,1 (0)	1,9 (0)	88 (0)								
Выход (на воде):		1000	9,7	25,6	56	492,3								
Выход (на бульоне):		1000	22,9	28,7	57,9	580,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,26	0,17	5,4	0	24	11,4	1414	26	60	151	2,35	15	0,71	90
капуста белокочанная	0,02	0,03	1,44	0	14,4	7,9	199	34	11	22	0,42	2,4	0,21	8
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
огурец соленый	0,01	0,01	1,8	0	1,2	507	70,2	12	7,3	13	0,31	0	0	0
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,33	0,28	521	0	42,1	990	1857	138	101	252	3,8	85	1,32	139
Выход (на бульоне):	0,33	0,28	521	0	42,1	990	1857	138	101	252	3,8	85	1,32	139

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла.

Соленые огурцы очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ромбиками. Соленые огурцы припускают в небольшом количестве бульона или воды до готовности (10-15 мин.).

В кипящий бульон (или воду) кладут капусту, варят 10 мин, добавляют картофель, пассерованные репчатый лук и морковь, через 5-10 мин добавляют припущенные огурцы.

За 5 минут до готовности рассольник заправляют солью.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.

Настаивают рассольник 10-12 мин.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – овощи сохранили форму нарезки, мягкие, огурцы слегка хрустящие, крупа мягкая; вкус – соответствует наименованию блюда, в меру соленый; запах - аромат огурцов, капусты и овощей.

СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ

Номер рецептуры: 54-5с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	544	400	7,5	1,4	59,3	280,1								
лук репчатый	62,5	50	0,7	0,1	3,7	18,3								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
петрушка (корень)	12,5	10	0,1	0,1	0,9	4,7								
томатное пюре	10	10	0,3	0	1,1	5,6								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
масло подсолнечное	10	10	0	8,8	0	79,1								
соль поваренная йодированная	2,4	2,4	0	0	0	0								
бульон (вода)	700	700	13,2 (0)	3,1 (0)	1,9 (0)	88 (0)								
говядина 1 категории	128,8	114	19,9	16,1	0	224,2								
яйцо куриное	8,8	8	1	0,8	0,1	11,3								
вода	10	10	0	0	0	0								
Фрикадельки готовые:		100												
Выход (на воде):		1000	30	27,2	67,7	636								
Выход (на бульоне):		1000	43,2	30,3	69,6	724,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,35	0,22	7,2	0	32	15,2	1886	35	80	202	3,13	20	0,94	120
лук репчатый	0,02	0,01	0	0	2	1,52	72,6	14	6,1	25	0,35	1,5	0,22	15,5
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
петрушка (корень)	0,01	0,01	0,12	0	1,4	0,61	28,4	5	1,9	6,4	0,06	0	0,01	11
томатное пюре	0	0	12	0	1,04	0,76	55,6	1,8	4	6,1	0,17	0	0,06	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	706	0,18	7,8	0,5	1,6	0,06	96	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
говядина 1 категории	0,05	0,14	0	0	0	56,3	308	9	22	186	2,68	8,2	0	71,8
яйцо куриное	0	0,03	12,5	0,18	0	8,15	9,3	3,9	0,8	13	0,17	1,6	2,16	4,4
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,45	0,43	512	0,18	37,3	795	2428	87	129	460	6,93	129	3,43	245
Выход (на бульоне):	0,45	0,43	512	0,18	37,3	795	2428	87	129	460	6,93	129	3,43	245

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют, делят на две части.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Одну часть лука бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой, вторую часть (1/5 часть) лука бланшируют отдельно для добавления в мясо.

Мясо дефростируют, промывают проточной водой при помощи щетки, нарезают на куски и пропускают через мясорубку (2-3 раза), добавляют мелко рубленный бланшированный лук, яйцо, соль (1/3 часть) и воду, перемешивают и выбивают, затем разделяют на шарики по 7-10 г, укладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и готовят на пару 15-20 минут, или варят в кастрюле – 15-20 минут. Готовые фрикадельки хранят в бульоне, перед отпуском еще раз доводят до кипения.

В кипящий бульон (или воду) кладут картофель, нарезанный брусочками. Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассерованный репчатый лук, томатную пасту. Варят до готовности.

За 5 минут до готовности суп заправляют солью.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

При отпуске в тарелку кладут горячие фрикадельки и наливают суп.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – бульон прозрачный, форма овощей сохранена, консистенция мягкая, фрикадельки – сочные; вкус – соответствует наименованию блюда; запах - аромат мяса и овощей.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ

Номер рецептуры: 54-6с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	272	200	3,8	0,7	29,7	140								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
масло подсолнечное	10	10	0	8,8	0	79,1								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	0,9	0,9	0	0	0	0								
бульон (вода)	750	750	14,1 (0)	3,3 (0)	2 (0)	94,3 (0)								
яйцо куриное	9,7	8,8	1,1	0,9	0,1	12,4								
мука пшеничная высший сорт	30,8	30,8	3,1	0,4	19,6	94								
масло сливочное	3,5	3,5	0	2,2	0	20,4								
вода	45,8	45,8	0	0	0	0								
Клецки готовые:		100												
Выход (на воде):		1000	9	13,1	55	373,4								
Выход (на бульоне):		1000	23,1	16,4	57	467,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,17	0,11	3,6	0	16	7,6	943	18	40	101	1,57	10	0,47	60
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	265	0,07	2,9	0,2	0,6	0,02	36	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
яйцо куриное	0	0,03	13,7	0,19	0	8,96	10,2	4,3	0,9	15	0,19	1,8	2,38	4,84
мука пшеничная высший сорт	0,04	0,01	0	0	0	0,7	31,2	4,9	4,3	23	0,32	0,5	1,63	6,78
масло сливочное	0	0	9,45	0,05	0	0,4	0,87	0,7	0	0,9	0,01	0	0,03	0,1
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,24	0,18	507	0,24	18,4	290	1111	52	64	180	2,7	51	4,73	106
Выход (на бульоне):	0,24	0,18	507	0,24	18,4	290	1111	52	64	180	2,7	51	4,73	106

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью.

В кипящий бульон (или воду) кладут нарезанный кубиками картофель и варят 5 минут, затем добавляют нарезанную морковь, лук, припущенные с добавлением масла и варят еще 10 минут.

За 5 минут до готовности суп заправляют солью.

За 1-2 минуты до готовности добавляют лавровый лист.

Тесто для клецок – яйца взбивают, добавляют соль, воду, растопленное масло; подготовленную массу вливают в муку, размешивают, получается тесто

консистенцией как на оладьи. Тесто массой по 5- 10 г, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят 7 минут, откидывают и сразу же раскладывают в тарелки порционно.

В тарелки с разложенными клецками наливают суп.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель и овощи сохранили форму нарезки, клецки одинакового размера; консистенция - картофель и овощи – мягкие, клецки - упругие; цвет бульона - прозрачный; вкус - свойственный картофельному супу; запах – овощей и картофеля.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Номер рецептуры: 54-7с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	544	400	7,5	1,4	59,3	280,1								
макаронные изделия	40	40	4,1	0,5	25,7	123,3								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
масло подсолнечное	10	10	0	8,8	0	79,1								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон (вода)	700	700	13,2 (0)	3,1 (0)	1,9 (0)	88 (0)								
Выход (на воде):		1000	12,6	10,8	90,6	510								
Выход (на бульоне):		1000	25,8	13,9	92,5	598								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,35	0,22	7,2	0	32	15,2	1886	35	80	202	3,13	20	0,94	120
макаронные изделия	0,05	0,01	0	0	0	0,91	40,8	6,7	5,6	30	0,56	0,6	0	9,2
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,43	0,26	488	0	34,4	465	2052	69	104	273	4,32	84	1,16	164
Выход (на бульоне):	0,43	0,26	488	0	34,4	465	2052	69	104	273	4,32	84	1,16	164

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла.

В кипящий бульон (или воду) кладут картофель, и варят 5-10 минут, затем добавляют макаронные изделия и варят ещё 10-15 минут, за 10 минут до

окончания варки добавляют бланшированные морковь с луком. Можно макаронные изделия отваривать до полуготовности отдельно, тогда бульон будет прозрачнее.

За 5 минут до готовности суп заправляют солью.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – картофель, макаронные изделия и овощи сохранили форму нарезки; консистенция – картофель, макаронные изделия и овощи – мягкие; цвет бульона - желтоватый; вкус свойственный картофельному супу; запах – овощей, картофеля и макаронных изделий.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ

Номер рецептуры: 54-8с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	544	400	7,5	1,4	59,3	280,1								
макаронные изделия	40	40	4,1	0,5	25,7	123,3								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
картофель	340	250	4,7	0,9	37,1	175,1								
горох	80	80	15,4	1,4	36	218,5								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
петрушка (корень)	12,5	10	0,1	0,1	0,9	4,7								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон (вода)	650	650	12,2 (0)	2,9 (0)	1,8 (0)	81,7 (0)								
Выход (на воде):		1000	21,2	20,1	79,6	584								
Выход (на бульоне):		1000	33,4	23	81,4	665,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,35	0,22	7,2	0	32	15,2	1886	35	80	202	3,13	20	0,94	120
макаронные изделия	0,05	0,01	0	0	0	0,91	40,8	6,7	5,6	30	0,56	0,6	0	9,2
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
картофель	0,22	0,14	4,5	0	20	9,5	1179	22	50	126	1,96	13	0,59	75
горох	0,47	0,1	0,96	0	0	20,1	580	81	74	229	4,73	4,1	9,22	24
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
петрушка (корень)	0,01	0,01	0,12	0	1,4	0,61	28,4	5	1,9	6,4	0,06	0	0,01	11
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,73	0,28	486	0	23,8	479	1912	135	145	402	7,38	80	10	144
Выход (на бульоне):	0,73	0,28	486	0	23,8	479	1912	135	145	402	7,38	80	10	144

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Горох перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа.

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой на масле.

Подготовленный горох кладут в бульон (или воду) доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, пассерованные с маслом морковь и петрушку, лук и варят до готовности.

За 5 минут до готовности суп заправляют солью.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – картофель и овощи сохранили форму нарезки, горох разваренный; консистенция – картофель, горох и овощи – мягкие; цвет бульона - желтоватый; вкус и запах - свойственные гороху.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ

Номер рецептуры: 54-9с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	544	400	7,5	1,4	59,3	280,1
макаронные изделия	40	40	4,1	0,5	25,7	123,3
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3
картофель	272	200	3,8	0,7	29,7	140
фасоль	80	80	15,8	1,4	34,2	212,7
морковь	62,5	50	0,6	0	3,1	15,4
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0
бульон (вода)	700	700	13,2 (0)	3,1 (0)	1,9 (0)	88 (0)
Выход (на воде):		1000	20,7	19,8	70,1	541,5
Выход (на бульоне):		1000	33,9	22,9	72	629,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,35	0,22	7,2	0	32	15,2	1886	35	80	202	3,13	20	0,94	120
макаронные изделия	0,05	0,01	0	0	0	0,91	40,8	6,7	5,6	30	0,56	0,6	0	9,2
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
картофель	0,17	0,11	3,6	0	16	7,6	943	18	40	101	1,57	10	0,47	60
фасоль	0,29	0,12	0	0	0	24,3	730	106	72	334	4,11	9,7	17,5	35,2
морковь	0,02	0,03	600	0	1	7,98	83	12	17	24	0,3	2,5	0,04	27,5
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,49	0,27	604	0	18,6	482	1815	152	134	481	6,37	83	18,2	135
Выход (на бульоне):	0,49	0,27	604	0	18,6	482	1815	152	134	481	6,37	83	18,2	135

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Фасоль перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа.

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла.

Подготовленную фасоль кладут в бульон (или воду) доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

За 5 минут до готовности суп заправляют солью.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – картофель и овощи сохранили форму нарезки, фасоль - в виде цельных, не разваренных зерен; консистенция – картофель, фасоль и овощи – мягкие; цвет бульона – соответствует цвету фасоли; вкус и запах – свойственные фасоли.

СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ)

Номер рецептуры: 54-10с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	136	100	1,9	0,4	14,8	70								
крупа перловая	40	40	3,5	0,4	24,4	114,9								
капуста белокочанная	150	120	2	0,1	5,1	29,6								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон (вода)	850	850	16 (0)	3,7 (0)	2,3 (0)	106,9 (0)								
Выход (на воде):		1000	9,6	25,2	51,5	471								
Выход (на бульоне):		1000	25,6	28,9	53,8	577,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,09	0,06	1,8	0	8	3,8	471	8,8	20	50	0,78	5	0,24	30
крупа перловая	0,03	0,02	0	0	0	3,04	57,1	13	14	112	0,63	0	13,3	0
капуста белокочанная	0,03	0,04	2,16	0	21,6	11,9	299	51	17	32	0,63	3,6	0,32	12
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,19	0,19	516	0	32,1	483	1001	138	73	262	2,76	76	14,2	83,4
Выход (на бульоне):	0,19	0,19	516	0	32,1	483	1001	138	73	262	2,76	76	14,2	83,4

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Крупу перловую перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла.

Крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают.

В кипящий бульон (или воду) кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем добавляют капусту, картофель. За 10 минут до окончания варки добавляют пассерованные морковь и лук, варят суп до готовности.

За 5 минут до готовности суп заправляют солью.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – картофель и овощи сохранили форму нарезки, крупа хорошо разварена, но не потеряла форму; консистенция: картофель, овощи, крупа – мягкие; цвет - бульон светлый, полупрозрачный; запах - овощей и крупы.

СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (КРУПА РИСОВАЯ)

Номер рецептуры: 54-11с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	136	100	1,9	0,4	14,8	70								
крупа рисовая	40	40	2,6	0,4	26,9	121,4								
капуста белокочанная	150	120	2	0,1	5,1	29,6								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон (вода)	850	850	16 (0)	3,7 (0)	2,3 (0)	106,9 (0)								
Выход (на воде):		1000	8,7	25,2	54	477,5								
Выход (на бульоне):		1000	24,7	28,9	56,3	584,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,09	0,06	1,8	0	8	3,8	471	8,8	20	50	0,78	5	0,24	30
крупа рисовая	0,02	0,01	0	0	0	3,65	33,2	2,8	17	52	0,35	0,6	5,32	20
капуста белокочанная	0,03	0,04	2,16	0	21,6	11,9	299	51	17	32	0,63	3,6	0,32	12
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,18	0,18	516	0	32,1	483	977	128	77	202	2,48	77	6,28	103
Выход (на бульоне):	0,18	0,18	516	0	32,1	483	977	128	77	202	2,48	77	6,28	103

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Крупу рисовую перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла.

Крупы после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают.

В кипящий бульон (или воду) кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем добавляют капусту, картофель. За 10 минут до окончания варки добавляют пассерованные морковь и лук, варят суп до готовности.

За 5 минут до готовности суп заправляют солью.

За 1-2 минуты до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – картофель и овощи сохранили форму нарезки, крупа хорошо разварена, но не потеряла форму; консистенция: картофель, овощи, крупа – мягкие; цвет - бульон светлый, полупрозрачный; запах - овощей и крупы.

СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (ГОРБУША)

Номер рецептуры: 54-12с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	380,8	280	5,3	1	41,5	196,1								
крупа рисовая	20	20	1,3	0,2	13,5	60,7								
лук репчатый	40	32	0,4	0,1	2,4	11,7								
морковь	80	64	0,8	0,1	4	19,7								
петрушка (зелень)	8,8	7	0,2	0	0,5	3,1								
горбуша консерв.	180,8	160	31,4	8,2	0	199,2								
масло сливочное	15	15	0,1	9,6	0,2	87,3								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
вода	800	800	0	0	0	0								
Выход:		1000	39,5	19,2	62,2	578,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,24	0,16	5,04	0	22,4	10,6	1320	25	56	141	2,19	14	0,66	84
крупа рисовая	0,01	0,01	0	0	0	1,82	16,6	1,4	8,7	26	0,17	0,3	2,66	10
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,28	0,97	46,5	8,7	3,9	16	0,22	1	0,14	9,92
морковь	0,03	0,04	768	0	1,28	10,2	106	15	21	31	0,39	3,2	0,06	35,2
петрушка (зелень)	0	0	39,9	0	4,2	1,81	46,5	15	5,2	5,8	0,12	0,3	0,01	16,1
горбуша консерв.	0,03	0,18	19,2	17,4	0	844	345	260	78	320	1,25	80	56,3	688
масло сливочное	0	0,01	40,5	0,2	0	1,71	3,73	3,2	0	3,9	0,03	0	0,13	0,42
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,32	0,41	873	17,6	29,2	1312	1886	335	173	545	4,48	159	60	844

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Крупку рисовую перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Петрушку (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла.

Рыбные консервы открывают, рыбу измельчают.

Крупку после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают.

В кипящую воду кладут подготовленную крупку, доводят до кипения, затем добавляют картофель. За 10 минут до окончания варки добавляют пассерованные морковь, лук, рыбу и варят суп до готовности.

За 5 минут до готовности суп заправляют солью.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель нарезан брусочками или кубиками, рис сохранил форму; консистенция – овощей, рыбы - мягкая, овощи сохранили форму; цвет: бульона - светлый; вкус и запах - рыбы, овощей и риса.

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ВЕГЕТАРИАНСКИЕ

Номер рецептуры: 54-13с (от 1 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	136	100	1,9	0,4	14,8	70
капуста белокочанная	246,4	197,1	3,3	0,2	8,4	48,6
лук репчатый	25	20	0,3	0	1,5	7,3
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3
петрушка (зелень)	8,8	7	0,2	0	0,5	3,1
томат	56,1	44,9	0,5	0,1	1,6	8,8
масло подсолнечное	17,1	17,1	0	15	0	135,3
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0
вода	883	883	0	0	0	0
Выход:		1000	6,7	15,7	29,3	285,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,09	0,06	1,8	0	8	3,8	471	8,8	20	50	0,78	5	0,24	30
капуста белокочанная	0,04	0,06	3,55	0	35,5	19,5	491	83	27	53	1,03	5,9	0,52	19,7
лук репчатый	0,01	0	0	0	0,8	0,61	29,1	5,5	2,4	10	0,14	0,6	0,09	6,2
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
петрушка (зелень)	0	0	39,9	0	4,2	1,81	46,5	15	5,2	5,8	0,12	0,3	0,01	16,1
томат	0,02	0,01	35,8	0	4,49	1,02	108	5,5	7,8	10	0,35	0,9	0,16	8,98
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,3	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,18	0,15	561	0	53,8	474	1212	133	76	150	2,7	75	1,06	103

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками или кубиками.

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой, припускают с маслом и небольшим количеством воды до полуготовности.

Помидоры перебирают, промывают проточной водой не менее 5 минут. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками.

Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют, слегка бланшируют и пассеруют на масле.

В кипящую воду кладут капусту, доводят до кипения, добавляют картофель, зелень, припущенные морковь, лук и варят 20-30 минут. За 5 минут до готовности добавляют соль, мелко нарезанные томаты и варят до готовности.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - овощи сохранили форму; консистенция - овощи мягкие; вкус - капусты в сочетании с овощами; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ

Номер рецептуры: 54-14с (от 1 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	200	160	2,3	0,1	12,8	61,5								
картофель	108,8	80	1,5	0,3	11,9	56								
капуста белокочанная	100	80	1,4	0,1	3,4	19,7								
морковь	62,5	50	0,6	0	3,1	15,4								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
петрушка (зелень)	8,8	7	0,2	0	0,5	3,1								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
вода	800	800	0	0	0	0								
Выход:		1000	6,5	18,2	43,8	364,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,02	0,05	1,92	0	6,4	55,9	382	52	31	60	1,95	11	0,99	32
картофель	0,07	0,04	1,44	0	6,4	3,04	377	7	16	40	0,63	4	0,19	24
капуста белокочанная	0,02	0,03	1,44	0	14,4	7,9	199	34	11	22	0,42	2,4	0,21	8
морковь	0,02	0,03	600	0	1	7,98	83	12	17	24	0,3	2,5	0,04	27,5
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
петрушка (зелень)	0	0	39,9	0	4,2	1,81	46,5	15	5,2	5,8	0,12	0,3	0,01	16,1
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,08	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,14	0,16	645	0	34	519	1147	136	85	173	3,77	82	1,62	120

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Морковь и лук пассеруют с добавлением воды.

В кипящую воду закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, варят 10 мин., затем закладывают картофель, вареную свеклу, зелень, пассерованный лук с морковью и варят до готовности овощей.

За 5 минут до готовности борщ заправляют солью, сахаром.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - овощи сохранили форму; консистенция овощей мягкая; вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С РИСОМ

Номер рецептуры: 54-15с (от 1 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	139,9	102,9	1,9	0,4	15,3	72,1								
огурец	75	60	0,5	0,1	1,4	7,7								
морковь	64,2	51,4	0,6	0	3,2	15,8								
крупа рисовая	40	40	2,6	0,4	26,9	121,4								
лук репчатый	12,5	10	0,1	0	0,7	3,7								
петрушка (зелень)	8,8	7	0,2	0	0,5	3,1								
масло подсолнечное	8,6	8,6	0	7,6	0	68								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
вода	900	900	0	0	0	0								
Выход:		1000	5,9	8,5	48	291,8								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,09	0,06	1,85	0	8,23	3,91	485	9,1	21	52	0,81	5,2	0,24	30,9
огурец	0,01	0,02	3,6	0	2,4	3,65	70,2	12	7,3	22	0,31	1,8	0,16	10,2
морковь	0,02	0,03	617	0	1,03	8,2	85,3	12	17	25	0,31	2,6	0,05	28,3
крупа рисовая	0,02	0,01	0	0	0	3,65	33,2	2,8	17	52	0,35	0,6	5,32	20
лук репчатый	0	0	0	0	0,4	0,3	14,5	2,7	1,2	5,1	0,07	0,3	0,04	3,1
петрушка (зелень)	0	0	39,9	0	4,2	1,81	46,5	15	5,2	5,8	0,12	0,3	0,01	16,1
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,14	0,12	662	0	16,3	463	735	59	69	163	2,01	71	5,82	109

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками или кубиками.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Морковь и лук пассеруют с добавлением масла и воды.

Огурцы очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ромбиками, припускают в небольшом количестве воды 10-15 мин.

Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Крупу рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Крупу закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают.

В кипящую воду кладут полупроваренную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, пассерованные репчатый лук, зелень и морковь, через 5-10 мин добавляют припущенные огурцы.

За 5 минут до готовности рассольник заправляют солью.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - овощи сохранили форму; консистенция овощей мягкая, крупа хорошо разварена, но не потеряла форму; вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат огурцов, крупы и овощей.

СУП СЛИВОЧНЫЙ С РЫБОЙ (ГОРБУША)

Номер рецептуры: 54-16с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	374	275	5,2	1	40,8	192,6								
горбуша (филе)	169,5	150	28,9	8,6	0	192,8								
молоко	75	75	2	1,7	3,3	36,1								
лук репчатый	31,2	25	0,3	0	1,9	9,2								
морковь	31,2	25	0,3	0	1,6	7,7								
масло сливочное	25	25	0,2	15,9	0,3	145,5								
лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,3								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
вода	825	825	0	0	0	0								
Выход:		1000	36,9	27,2	47,9	584,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,24	0,15	4,95	0	22	10,5	1296	24	55	139	2,15	14	0,65	82,5
горбуша (филе)	0,22	0,19	27	0,01	0,54	79,8	417	26	39	261	0,78	75	58,9	645
молоко	0,02	0,09	9,9	0	0,39	28,5	90,9	79	9,1	59	0,07	6,8	1,32	15
лук репчатый	0,01	0	0	0	1	0,76	36,3	6,8	3	13	0,17	0,8	0,11	7,75
морковь	0,01	0,01	300	0	0,5	3,99	41,5	5,9	8,3	12	0,15	1,3	0,02	13,8
масло сливочное	0	0,02	67,5	0,33	0	2,85	6,22	5,3	0	6,5	0,04	0	0,22	0,7
лавровый лист	0	0	0,19	0	0,02	0,02	0,44	0,7	0,1	0,1	0,04	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,5	0,46	410	0,34	24,5	568	1889	153	115	491	3,44	158	61,2	765

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки.

Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают брусочками (кубиками).

Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют.

Морковь и лук пассеруют. Рыбное филе припускают с добавлением соли. Готовое филе вынимают.

В процеженный рыбный бульон кладут нарезанный картофель, пассерованные лук и морковь и варят. В конце варки кладут отварное филе горбуши, соль и лавровый лист вводят молоко и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – картофель порезан брусочками или кубиками; консистенция овощей - мягкая; вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат молока, рыбы и овощей.

СУП ИЗ ОВОЩЕЙ

Номер рецептуры: 54-17с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3									
картофель	310	200	3,8	0,7	29,7	140									
горошек зеленый консерв.	49,6	32	0,9	0,1	1,9	11,8									
капуста белокочанная	100	80	1,4	0,1	3,4	19,7									
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7									
масло подсолнечное	10	10	0	8,8	0	79,1									
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0									
вода	750	750	0	0	0	0									
Выход:		1000	7,1	9,8	40,5	277,6									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22	
картофель	0,17	0,11	3,6	0	16	7,6	943	18	40	101	1,57	10	0,47	60	
горошек зеленый консерв.	0,03	0,01	9,6	0	1,28	87,6	26,3	5,6	5,9	17	0,19	0	0,37	0	
капуста белокочанная	0,02	0,03	1,44	0	14,4	7,9	199	34	11	22	0,42	2,4	0,21	8	
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,25	0,18	495	0	34,1	552	1293	82	75	180	2,74	76	1,27	102	

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла. В кипящий воду кладут нарезанную капусту, доводят до кипения и варят 10 мин, затем закладывают картофель, нарезанный брусочками. Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассерованный репчатый лук, зеленый горошек, томатную пасту. Варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – бульон прозрачный, форма овощей сохранена, консистенция мягкая; вкус – соответствует наименованию блюда; запах - аромат овощей.

СВЕКОЛЬНИК

Номер рецептуры: 54-18с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	267,4	172,5	3,2	0,6	25,6	120,8								
томатное пюре	5,5	5,5	0,2	0	0,6	3,1								
лук репчатый	55,6	44,5	0,6	0,1	3,3	16,3								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
свекла	312,5	250	3,5	0,2	20	96,2								
масло подсолнечное	10	10	0	8,8	0	79,1								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон или вода	800	800	15	3,5	2,2	100,6								
Выход (на воде):		1000	8	9,7	52,1	328,3								
Выход (на бульоне):		1000	23	13,2	54,3	428,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,15	0,1	3,1	0	13,8	6,55	813	15	35	87	1,35	8,6	0,41	51,8
томатное пюре	0	0	6,6	0	0,57	0,42	30,6	1	2,2	3,4	0,1	0	0,03	0
лук репчатый	0,02	0,01	0	0	1,78	1,35	64,6	12	5,4	22	0,31	1,3	0,2	13,8
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
свекла	0,04	0,08	3	0	10	87,4	598	81	48	94	3,04	18	1,54	50
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон или вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,23	0,21	493	0	27	543	1573	126	104	227	5,15	89	2,22	138
Выход (на бульоне):	0,23	0,21	493	0	27	543	1573	126	104	227	5,15	89	2,22	138

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) закладывают подготовленные морковь и лук, варят 10 минут. Затем кладут свеклу, картофель и пассерованное томатное пюре, варят до готовности. За 5 минут до готовности заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности блески жира, овощи сохранили форму нарезки; цвет - от ярко-красного до темно малинового; вкус - сладковатый; запах - приятный.

БОРЩ С ФАСОЛЬЮ**Номер рецептуры: 54-19с (от 1 до 7 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	136	100	1,9	0,4	14,8	70								
свекла	200	160	2,3	0,1	12,8	61,5								
фасоль	40	40	7,9	0,7	17,1	106,4								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
петрушка (корень)	12,5	10	0,1	0,1	0,9	4,7								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
сахар-песок	6	6	0	0	5,4	21,8								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
томатное пюре	30	30	1	0	3,2	16,9								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон (вода)	800	800	15 (0)	3,5 (0)	2,2 (0)	100,6 (0)								
Выход (на воде):		1000	15,4	25,6	61,3	537,3								
Выход (на бульоне):		1000	30,4	29,1	63,5	637,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,09	0,06	1,8	0	8	3,8	471	8,8	20	50	0,78	5	0,24	30
свекла	0,02	0,05	1,92	0	6,4	55,9	382	52	31	60	1,95	11	0,99	32
фасоль	0,14	0,06	0	0	0	12,2	365	53	36	167	2,05	4,8	8,76	17,6
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
петрушка (корень)	0,01	0,01	0,12	0	1,4	0,61	28,4	5	1,9	6,4	0,06	0	0,01	11
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,15	0,1	0	0	0,02	0	0	0
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
томатное пюре	0,01	0,01	36	0	3,12	2,28	167	5,3	12	18	0,52	0	0,18	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,31	0,26	552	0	21,4	539	1587	189	123	369	6,03	89	10,6	132
Выход (на бульоне):	0,31	0,26	552	0	21,4	539	1587	189	123	369	6,03	89	10,6	132

Способ термической обработки: варка.**Технология приготовления:**

Фасоль перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа, отваривают. Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают брусочками (кубиками). Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой, тушат. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду)

закладывают картофель, доводят до кипения, варят 10-15 минут, затем добавляют тушеную свеклу, пассерованные овощи и петрушку, за 5-10 минут до окончания варки кладут отваренную фасоль, добавляют сахар, соль, сметану и доводят до готовности.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (МИНТАЙ)

Номер рецептуры: 54-20с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	612	450	8,5	1,6	66,7	315,1								
минтай (филе)	242,9	215	32,1	1,7	0	143,9								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
петрушка (зелень)	8,8	7	0,2	0	0,5	3,1								
масло сливочное	15	15	0,1	9,6	0,2	87,3								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
вода	700	700	0	0	0	0								
Выход:		1000	41,9	13	73	576,9								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,39	0,25	8,1	0	36	17,1	2121	40	90	227	3,52	23	1,06	135
минтай (филе)	0,17	0,19	12,9	0,43	0,43	65,4	749	76	103	449	1,5	323	30,1	1505
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
петрушка (зелень)	0	0	39,9	0	4,2	1,81	46,5	15	5,2	5,8	0,12	0,3	0,01	16,1
масло сливочное	0	0,01	40,5	0,2	0	1,71	3,73	3,2	0	3,9	0,03	0	0,13	0,42
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,59	0,48	582	0,63	43,1	535	3047	160	217	726	5,8	409	31,5	1691

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на порционные куски. В кипящую воду кладут картофель, доводят до кипения, затем добавляют морковь, лук, зелень и куски рыбного филе. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель нарезан брусочками или кубиками, овощи сохранили форму; консистенция – овощей и рыбы - мягкая, овощи сохранили форму; цвет: бульона - светлый; вкус и запах - рыбы и овощей.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (ТРЕСКА)

Номер рецептуры: 54-21с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	612	450	8,5	1,6	66,7	315,1								
треска (филе)	242,9	215	32,3	1,1	0	139,6								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
петрушка (зелень)	8,8	7	0,2	0	0,5	3,1								
масло сливочное	15	15	0,1	9,6	0,2	87,3								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
вода	700	700	0	0	0	0								
Выход:		1000	42,1	12,4	73	572,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,39	0,25	8,1	0	36	17,1	2121	40	90	227	3,52	23	1,06	135
треска (филе)	0,14	0,12	12,9	1,94	0,86	89,9	607	47	56	393	0,94	290	43,3	1505
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
петрушка (зелень)	0	0	39,9	0	4,2	1,81	46,5	15	5,2	5,8	0,12	0,3	0,01	16,1
масло сливочное	0	0,01	40,5	0,2	0	1,71	3,73	3,2	0	3,9	0,03	0	0,13	0,42
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,56	0,41	582	2,14	43,5	559	2904	132	170	670	5,24	376	44,8	1691

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на порционные куски. В кипящую воду кладут картофель, доводят до кипения, затем добавляют морковь, лук, зелень и куски рыбного филе. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель нарезан брусочками или кубиками, овощи сохранили форму; консистенция – овощей и рыбы - мягкая, овощи сохранили форму; цвет: бульона - светлый; вкус и запах - рыбы и овощей.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАМИНАРИЕЙ И ЯЙЦОМ

Номер рецептуры: 54-22с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	353,6	260	4,9	0,9	38,6	182,1								
морковь	25	20	0,2	0	1,3	6,2								
лук репчатый	25	20	0,3	0	1,5	7,3								
яйцо куриное	13,8	12,5	1,5	1,3	0,1	17,7								
зелень сушеная	0,5	0,5	0	0	0	0,2								
ламинария листовая	7,9	7	0,1	0	5,2	21,2								
сметана	20	20	0,5	2,6	0,7	28,3								
масло подсолнечное	30	30	0	26,4	0	237,4								
лавровый лист	0,5	0,5	0	0	0,2	1,4								
соль поваренная йодированная	2	2	0	0	0	0								
вода	850	850	0	0	0	0								
Выход:		1000	7,5	31,2	47,6	501,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,22	0,15	4,68	0	20,8	9,9	1226	23	52	131	2,04	13	0,61	78
морковь	0,01	0,01	240	0	0,4	3,2	33,2	4,8	6,6	9,6	0,12	1	0,02	11
лук репчатый	0,01	0	0	0	0,8	0,6	29,1	5,5	2,4	10	0,14	0,6	0,09	6,2
яйцо куриное	0,01	0,04	19,5	0,28	0	13	14,5	6,1	1,3	21	0,27	2,5	3,38	6,9
зелень сушеная	0	0	2,25	0	0,2	0,2	1,39	1	0,3	0,4	0,01	0,01	0,01	0,1
ламинария листовая	0,02	0,06	0,81	0,7	0	238	7,43	31	22	2,2	0,5	8330	0,62	0
сметана	0	0,02	12,8	0	0,03	6,1	19,3	15	1,6	10	0,03	1,8	0,07	2,8
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,93	0	0,09	0,1	2,2	3,7	0,5	0,5	0,19	0	0,01	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	588	0,15	6,5	0,4	1,3	0,05	80	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	262	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,27	0,28	281	0,98	22,3	859	1333	359	88	187	3,35	8429	4,81	105

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Сухую ламинарию измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают и шинкуют, пассеруют с морковью. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Картофель кладут в кипящую воду, доводят до кипения и варят 10-15 мин. Затем кладут пассерованные нарезанные соломкой лук, морковь, зелень и подготовленную ламинарию. В конце варки кладут соль, специи, сметану и доводят до готовности. Яйца обрабатывают, погружают в кипящую подсоленную воду и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. После варки яйца

погружают в холодную воду. При отпуске в тарелку кладут предварительно нарезанное вареное яйцо.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель нарезан брусочками или кубиками, овощи сохранили форму; консистенция – овощей и ламинарии - мягкая, овощи сохранили форму; цвет - бульона - светлый; вкус и запах – соответствует входящим в состав продуктам.

СВЕКОЛЬНИК (ВАРИАНТ 2)

Номер рецептуры: 54-23с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
картофель	267,4	172,5	3,2	0,6	25,6	120,8									
томатное пюре	5,5	5,5	0,2	0	0,6	3,1									
лук репчатый	55,6	44,5	0,6	0,1	3,3	16,3									
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3									
свекла	312,5	250	3,5	0,2	20	96,2									
масло подсолнечное	10	10	0	8,8	0	79,1									
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5									
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0									
бульон или вода	800	800	15	3,5	2,2	100,6									
Выход (на воде):		1000	8	9,7	52,1	328,3									
Выход (на бульоне):		1000	23	13,2	54,3	428,9									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
картофель	0,15	0,1	3,1	0	13,8	6,55	813	15	35	87	1,35	8,6	0,41	51,8	
томатное пюре	0	0	6,6	0	0,57	0,42	30,6	1	2,2	3,4	0,1	0	0,03	0	
лук репчатый	0,02	0,01	0	0	1,78	1,35	64,6	12	5,4	22	0,31	1,3	0,2	13,8	
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22	
свекла	0,04	0,08	3	0	10	87,4	598	81	48	94	3,04	18	1,54	50	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0	
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0	
бульон или вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход (на воде):	0,23	0,21	493	0	27	543	1573	126	104	227	5,15	89	2,22	138	
Выход (на бульоне):	0,23	0,21	493	0	27	543	1573	126	104	227	5,15	89	2,22	138	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) закладывают подготовленные морковь и лук, варят 10 минут. Затем кладут свеклу, картофель и пассерованное томатное пюре, варят до готовности. За 5

минут до готовности заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности блески жира, овощи сохранили форму нарезки; цвет - от ярко-красного до темно малинового; вкус - сладковатый; запах - приятный.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (ВАРИАНТ 2)

Номер рецептуры: 54-24с (от 1 до 7)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	465	300	5,6	1,1	44,5	210,1
макаронные изделия высшего с	40	40	4,1	0,5	25,7	123,3
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3
масло подсолнечное	7	7	0	6,2	0	55,4
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0
бульон или вода	700	700	13,2	3,1	1,9	88
Выход (на воде):		1000	10,7	7,9	75,8	416,3
Выход (на бульоне):		1000	23,9	11	77,7	504,3

лет)

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	картофель	0,26	0,17	5,4	0	24	11,4	1414	26	60	151	2,35	15	0,71
макаронные изделия высшего с	0,05	0,01	0	0	0	0,91	40,8	6,7	5,6	30	0,56	0,6	0	9,2
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон или вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,34	0,21	486	0	26,4	461	1581	60	84	222	3,54	79	0,93	134
Выход (на бульоне):	0,34	0,21	486	0	26,4	461	1581	60	84	222	3,54	79	0,93	134

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) кладут картофель, и варят 5-10 минут, затем добавляют макаронные изделия и варят ещё 10-15 минут, за 10 минут до окончания варки добавляют бланшированные морковь с луком. Можно макаронные изделия отваривать до полуготовности отдельно, тогда бульон будет прозрачнее. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – картофель, макаронные изделия и овощи сохранили форму нарезки. Консистенция – картофель, макаронные изделия и овощи – мягкие; цвет бульона - желтоватый; вкус свойственный картофельному супу; запах – овощей, картофеля и макаронных изделий.

СУП ГОРОХОВЫЙ (ВАРИАНТ 2)
Номер рецептуры: 54-25с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	310	200	3,8	0,7	29,7	140								
горох	80	80	15,4	1,4	36	218,5								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	62,5	50	0,6	0	3,1	15,4								
петрушка (корень)	12,5	10	0,1	0,1	0,9	4,7								
масло подсолнечное	10	10	0	8,8	0	79,1								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон или вода	650	650	12,2	2,9	1,8	81,7								
Выход (на воде):		1000	20,4	11,1	72,8	472,9								
Выход (на бульоне):		1000	32,6	14	74,6	554,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,17	0,11	3,6	0	16	7,6	943	18	40	101	1,57	10	0,47	60
горох	0,47	0,1	0,96	0	0	20,1	580	81	74	229	4,73	4,1	9,22	24
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,03	600	0	1	7,98	83	12	17	24	0,3	2,5	0,04	27,5
петрушка (корень)	0,01	0,01	0,12	0	1,4	0,61	28,4	5	1,9	6,4	0,06	0	0,01	11
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон или вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,68	0,26	605	0	20	479	1693	133	138	382	7,05	78	9,92	135
Выход (на бульоне):	0,68	0,26	605	0	20	479	1693	133	138	382	7,05	78	9,92	135

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Горох перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой на масле. Подготовленный горох кладут в бульон (или воду) доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, пассерованные с маслом морковь и петрушку, лук и варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – картофель и овощи сохранили форму нарезки, горох разваренный. Консистенция – картофель, горох и овощи – мягкие; цвет бульона – желтоватый; вкус свойственный гороху; запах – гороха.

СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (ВАРИАНТ 2)
Номер рецептуры: 54-26с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
картофель	310	200	3,8	0,7	29,7	140								
горошек зеленый консерв.	49,6	32	0,9	0,1	1,9	11,8								
капуста белокочанная	100	80	1,4	0,1	3,4	19,7								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
масло подсолнечное	10	10	0	8,8	0	79,1								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
вода	750	750	0	0	0	0								
Выход:		1000	7,1	9,8	40,5	277,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
картофель	0,17	0,11	3,6	0	16	7,6	943	18	40	101	1,57	10	0,47	60
горошек зеленый консерв.	0,03	0,01	9,6	0	1,28	87,6	26,3	5,6	5,9	17	0,19	0	0,37	0
капуста белокочанная	0,02	0,03	1,44	0	14,4	7,9	199	34	11	22	0,42	2,4	0,21	8
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,25	0,18	495	0	34,1	552	1293	82	75	180	2,74	76	1,27	102

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла. В кипящую воду кладут нарезанную капусту, доводят до кипения и варят 10 мин, затем закладывают картофель, нарезанный брусочками. Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассированный репчатый лук, зеленый горошек, томатную пасту. Варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – бульон прозрачный, форма овощей сохранена, консистенция мягкая; вкус – соответствует наименованию блюда; запах - аромат овощей.

СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (САЙРА)

Номер рецептуры: 54-27с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	434	280	5,3	1	41,5	196,1								
крупа рисовая	20	20	1,3	0,2	13,5	60,7								
петрушка (корень)	8,8	7	0,1	0	0,6	3,3								
сайра консерв.	141,2	125	21,5	25,6	0	316,7								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	80	64	0,8	0,1	4	19,7								
масло подсолнечное	7,8	7,8	0	6,8	0	61,3								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
вода	750	750	0	0	0	0								
Выход:		1000	29,5	33,8	62,7	673								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,24	0,16	5,04	0	22,4	10,6	1320	25	56	141	2,19	14	0,66	84
крупа рисовая	0,01	0,01	0	0	0	1,82	16,6	1,4	8,7	26	0,17	0,3	2,66	10
петрушка (корень)	0	0,01	0,08	0	0,98	0,43	19,9	3,5	1,3	4,5	0,04	0	0,01	7,7
сайра консерв.	0,03	0	0	3,5	0	515	296	17	22	239	0,69	63	0	538
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,03	0,04	768	0	1,28	10,2	106	15	21	31	0,39	3,2	0,06	35,2
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,32	0,23	773	3,5	26,3	981	1818	79	114	463	3,87	141	3,57	687

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Крупу рисовую перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Петрушку (корень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла. Рыбные консервы открывают, рыбу измельчают. Крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают. В кипящую воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем добавляют картофель. За 10 минут до окончания варки добавляют пассерованные морковь, лук, рыбу и варят суп до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель нарезан брусочками или кубиками, рис сохранил форму; консистенция – овощей, рыбы - мягкая, овощи сохранили форму; цвет: бульона - светлый; вкус - рыбы, овощей и риса.

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (ВАРИАНТ 2)**Номер рецептуры: 54-28с (от 1 до 7 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
свекла	200	160	2,3	0,1	12,8	61,5								
картофель	124	80	1,5	0,3	11,9	56								
томатное пюре	7,5	7,5	0,3	0	0,8	4,2								
капуста белокочанная	100	80	1,4	0,1	3,4	19,7								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	62,5	50	0,6	0	3,1	15,4								
масло подсолнечное	15	15	0	13,2	0	118,7								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон или вода	800	800	15	3,5	2,2	100,6								
Выход (на воде):		1000	6,6	13,8	35,1	290,7								
Выход (на бульоне):		1000	21,6	17,3	37,3	391,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,02	0,05	1,92	0	6,4	55,9	382	52	31	60	1,95	11	0,99	32
картофель	0,07	0,04	1,44	0	6,4	3,04	377	7	16	40	0,63	4	0,19	24
томатное пюре	0	0	9	0	0,78	0,57	41,7	1,3	3	4,6	0,13	0	0,05	0
капуста белокочанная	0,02	0,03	1,44	0	14,4	7,9	199	34	11	22	0,42	2,4	0,21	8
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,03	600	0	1	7,98	83	12	17	24	0,3	2,5	0,04	27,5
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,3	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон или вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,14	0,16	614	0	30,6	518	1143	123	83	172	3,82	81	1,66	104
Выход (на бульоне):	0,14	0,16	614	0	30,6	518	1143	123	83	172	3,82	81	1,66	104

Способ термической обработки: варка.**Технология приготовления:**

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, варят 10 мин., затем закладывают картофель,

вареную свеклу, коренья, пассерованный лук с морковью, томатное пюре, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности борщ заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности блестки жира светло-желтого цвета, овощи аккуратно нашинкованы, нарезка сохранилась; вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЛАМИНАРИЕЙ И СМЕТАНОЙ

Номер рецептуры: 54-29с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста белокочанная	350	280	4,7	0,2	12	69,1								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
ламинария листовая	7,9	7	0,1	0	5,18	21,2								
петрушка (корень)	2,5	2	0	0	0,2	0,9								
томатное пюре	6	6	0,2	0	0,6	3,4								
мука пшеничная высший сорт	10	10	1	0,1	6,4	30,5								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон (вода)	800	800	15 (0)	3,5 (0)	2,2 (0)	100,6 (0)								
Выход (на воде):		1000	8,2	24,6	31,6	381,6								
Выход (на бульоне):		1000	23,2	28,1	33,8	482,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,06	0,09	5,04	0	50,4	27,7	697	118	39	76	1,46	8,4	0,74	28
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
ламинария листовая	0,02	0,06	0,81	0,7	0	238	7,4	31	22	2,2	0,5	8330	0,6	0
петрушка (корень)	0	0	0,02	0	0,28	0,12	5,68	1	0,4	1,3	0,01	0	0	2,2
томатное пюре	0	0	7,2	0	0,62	0,46	33,4	1,1	2,4	3,7	0,1	0	0,04	0
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,23	10,1	1,6	1,4	7,5	0,1	0,15	0,53	2,2
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,13	0,22	526	0,7	53,8	731	927	219	88	157	2,89	8406	2,31	73,8
Выход (на бульоне):	0,13	0,22	526	0,7	53,8	731	927	219	88	157	2,89	8406	2,31	73,8

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Сухую ламинарию измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа. Капусту перебирают, удаляют 3-4

наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Морковь припускают с маслом и небольшим количеством бульона до полуготовности.

Нашинкованный лук слегка бланшируют и пассеруют на масле.

В кипящий бульон (или воду) кладут капусту, доводят до кипения, добавляют припущенные коренья, лук, подготовленную ламинарию и варят 20-30 минут. За 5 минут до готовности добавляют соль, бланшированное томатное пюре, подсушенную муку, разведенную водой, и варят до готовности.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - капусты в сочетании с овощами; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ЛАМИНАРИЕЙ И СМЕТАНОЙ **Номер рецептуры: 54-30с (от 1 до 7 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
свекла	200	160	2,3	0,1	12,8	61,5
картофель	108,8	80	1,5	0,3	11,9	56
капуста белокочанная	100	80	1,4	0,1	3,4	19,7
морковь	62,5	50	0,6	0	3,1	15,4
ламинария листовая	7,9	7	0,1	0	5,18	21,2
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7
петрушка (корень)	2,5	2	0	0	0,2	0,9
томатное пюре	30	30	1	0	3,2	16,9
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
кислота лимонная	1	1	0	0	0	0,3
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0
бульон (вода)	800	800	15 (0)	3,5 (0)	2,2 (0)	100,6 (0)
Выход (на воде):		1000	8,6	21,3	53,58	472,4
Выход (на бульоне):		1000	23,6	24,8	55,78	573

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
свекла	0,02	0,05	1,92	0	6,4	55,9	382	52	31	60	1,95	11,2	0,99	32
картофель	0,07	0,04	1,44	0	6,4	3,04	377	7	16	40	0,63	4	0,19	24
капуста белокочанная	0,02	0,03	1,44	0	14,4	7,9	199	34	11	22	0,42	2,4	0,21	8
морковь	0,02	0,03	600	0	1	7,98	83	12	17	24	0,3	2,5	0,04	27,5
ламинария листовая	0,02	0,06	0,81	0,7	0	238	7,4	31	22	2,2	0,5	8330	0,6	0
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12,4
петрушка (корень)	0	0	0,02	0	0,28	0,12	5,68	1	0,4	1,3	0,01	0	0	2,2
томатное пюре	0,01	0,01	36	0	3,12	2,28	167	5,3	12	18	0,52	0	0,18	0
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,08	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0,02	0	0,52	0,05	1,33	1,2	0,1	0,1	0,01	0	0,01	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон (вода)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход (на воде):	0,18	0,27	674	0,7	33,8	773	1331	200	119	215	4,85	8416	2,58	113
Выход (на бульоне):	0,18	0,27	674	0,7	33,8	773	1331	200	119	215	4,85	8416	2,58	113

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Сухую ламинарию измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, варят 10 мин., затем закладывают картофель, вареную свеклу, коренья, пассерованный лук с морковью, подготовленную ламинарию, томатное пюре, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности борщ заправляют солью, сахаром, лимонной кислотой. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности блестки жира светло-желтого цвета, овощи аккуратно нашинкованы, нарезка сохранилась; вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ

Номер рецептуры: 54-31с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Картофель	612	450	8,5	1,6	66,8	315,1								
Лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
Морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
Минтай (филе)	242,9	215	32,1	1,7	0	143,9								
Масло сливочное	20	20	0,2	12,8	0,2	116,4								
Лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
Соль поваренная йодированная	2,4	2,4	0	0	0	0								
Бульон	700	700	13,2	3,1	1,9	88								
Выход:		1000	54,9	19,2	74,5	690,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Картофель	0,4	0,3	8,1	0	36,0	17,1	2121	40	90	227	3,5	22,5	1,1	135
Лук репчатый	0	0	0	0	1,6	1,2	58,1	11	4,9	20	0,3	1,2	0,2	12,4
Морковь	0	0	480	0	0,8	6,4	66,4	9,5	13	19	0,2	2	0	22
Минтай (филе)	0,2	0,2	12,9	0,4	0,4	65,4	749	76	103	449	1,5	323	30,1	1505
Масло сливочное	0	0	54	0,3	0	2,3	5	4,2	0	5,2	0	0	0,2	0,6
Лавровый лист	0	0	0,4	0	0	0	0,9	1,5	0,2	0,2	0,1	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	706	0,2	7,8	0,5	1,6	0,1	96	0	0
Бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,6	0,5	555	0,7	38,9	798	3002	149	212	722	5,7	444	31,6	1675

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Филе рыбы дефростируют, промывают проточной водой, нарезают на куски. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют, делят на две части. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук и морковь припускают с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) кладут картофель, нарезанный брусочками. доводят до кипения, добавляют припущенную морковь и лук, подготовленную рыбу. Варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Овощи сохранили форму нарезки, мягкие, Рыба проварена, мягкая, кусочки не крупные. Вкус и аромат свежесваренной рыбы и овощей.

УХА РОСТОВСКАЯ

Номер рецептуры: 54-32с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Картофель	408	300	5,6	1,1	44,5	210,1								
Лук репчатый	62,5	50	0,7	0,1	3,7	18,3								
Петрушка (зелень)	25	20	0,7	0,1	1,4	8,9								
Горбуша (филе)	141,2	125	24,1	7,2	0	160,7								
Масло сливочное	10	10	0,1	6,4	0,1	58,2								
Лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,3								
Соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
Вода	1100	1100	0	0	0	0								
Выход:		1000	31,2	14,8	49,8	456,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Картофель	0,3	0,2	5,4	0	24,0	11	1414	26	60	151	2,4	15	0,7	90
Лук репчатый	0	0	0	0	2	1,5	72,6	14	6,1	25	0,4	1,5	0,2	15,5
Петрушка (зелень)	0	0	114	0	12	5,2	133	43	15	17	0,3	0,9	0	46
Горбуша (филе)	0,2	0,2	22,5	0	0,5	66,5	348	22	33	218	0,7	62,5	49,1	538
Масло сливочное	0	0	27	0,1	0	1,1	2,5	2,1	0	2,6	0	0	0,1	0,3
Лавровый лист	0	0	0,2	0	0	0	0,4	0,7	0,1	0,1	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,1	4,9	0,3	1	0	60	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	339	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,5	0,4	169	0,1	38,5	527	1970	452	114	414	3,8	140	50,1	689

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на порционные куски. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют мелким кубиком. Из голов и костей варят бульон и процеживают. В кипящий бульон закладывают картофель и варят. За 15 минут до готовности ухи кладут подготовленные порции рыбы, лук, заправляют солью и доводят до готовности. Петрушку или укроп (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. По окончании варки в уху кладут сливочное масло, посыпают зеленью. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – на поверхности блески жира, рубленая зелень, бульон прозрачный, картофель порезан брусочками или кубиками; овощи не деформированные, мягкие; вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат рыбы и овощей.

СОЛЯНКА ДОМАШНЯЯ

Номер рецептуры: 54-33с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Говядина 1 категории	161,6	143	25,0	20,1	0,0	281,2								
Лук репчатый	106,2	85	1,1	0,2	6,3	31,2								
Огурец соленый	75	60	0,5	0,1	0,9	6,0								
Томатное пюре	25	25	0,9	0,0	2,7	14,1								
Маслины, без косточки	20	20	0,3	2,9	1,0	31,0								
Лимон	8,6	8	0,1	0,0	0,2	1,2								
Сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
Масло сливочное	20	20	0,2	12,8	0,2	116,4								
Лавровый лист	0,2	0,2	0,0	0,0	0,1	0,5								
Соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
Бульон	850	850	16,0	3,7	2,3	106,9								
Выход:		1000	45,2	46,3	15,4	659,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Говядина 1 категории	0,06	0,17	0	0	0	70,6	387	11	27	234	3,36	10,3	0	90,1
Лук репчатый	0,03	0,01	0	0	3,4	2,58	123,5	23	10	43	0,59	2,5	0,4	26,3
Огурец соленый	0,01	0,01	1,8	0	1,2	507	70,2	12	7,3	13	0,31	0	0	0
Томатное пюре	0,01	0,01	30	0	2,6	1,9	139	4,4	10	15	0,43	0	0,2	0
Маслины, без косточки	0	0	3	0	0	342	15,1	11	3,8	3	0,17	0	0,2	0
Лимон	0	0	0,1	0	1,28	0,67	10,8	2,8	0,8	1,5	0,04	0	0	0,8
Сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,2	7
Масло сливочное	0	0,02	54	0,26	0	2,28	4,98	4,2	0	5,2	0,03	0	0,2	0,6
Лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
Бульон	0	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,12	0,26	121	0,26	8,6	1383	800	114	64	342	5,13	77,3	1,2	125

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Мясные продукты (мясо, язык, колбасу) отваривают и нарезают мелкими ломтиками. Соленые огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками. Подготовленные огурцы припускают. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют на сливочном масле. в конце пассерования добавляют томатное пюре. Маслины промывают. Лимоны очищают от кожицы и нарезают кружочками. В кипящий бульон закладывают пассерованный лук, томатное пюре, припущенные огурцы, подготовленные мясные продукты и варят 10 минут. За 5 минут до готовности заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. При отпуске в солянку кладут маслины и кружочек лимона. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности блески жира светло-желтого цвета, кусочки мясных продуктов сохранили форму; вкус - в меру соленый с кислинкой; запах - приятный, свойственный вареным продуктам.

СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ РЫБНЫМИ

Номер рецептуры: 54-34с (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
Картофель	544	400	7,5	1,4	59,3	280,1									
Лук репчатый	62,5	50	0,7	0,1	3,7	18,3									
Морковь	50	40	0,5	0,0	2,5	12,3									
Петрушка (корень)	12,5	10	0,1	0,1	0,9	4,7									
Томатное пюре	10	10	0,3	0	1,1	5,6									
Масло подсолнечное	10	10	0	8,8	0	79,1									
Лавровый лист	0,2	0,2	0,0	0,0	0,1	0,5									
Соль поваренная йодированная	2,4	2,4	0	0	0	0									
Бульон	700	700	13,2	3,1	1,9	88									
Треска (филе)	126,6	112	16,8	0,6	0	72,7									
Яйцо куриное	8,8	8	1,0	0,8	0,1	11,3									
Вода	10	10	0	0	0	0									
Фрикадельки готовые:		100													
Выход:		1000	40,1	14,9	69,6	572,6									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Картофель	0,35	0,22	7,2	0	32	15,2	1886	35	80	202	3,13	20	0,9	120	
Лук репчатый	0,02	0,01	0	0	2	1,52	72,6	14	6,1	25	0,35	1,5	0,2	15,5	
Морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0	22	
Петрушка (корень)	0,01	0,01	0,12	0	1,4	0,61	28,4	5	1,9	6,4	0,06	0	0	11	
Томатное пюре	0	0	12	0	1,04	0,76	55,6	1,8	4	6,1	0,17	0	0,1	0	
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0	
Лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0	
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	706	0,18	7,8	0,5	1,6	0,06	96	0	0	
Бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Треска (филе)	0,07	0,06	6,72	1,01	0,45	46,8	316	25	29	205	0,49	151	22,6	784	
Яйцо куриное	0	0,03	12,5	0,18	0	8,15	9,3	3,9	0,8	13	0,17	1,6	2,2	4,4	
Вода	0	0	0	0	0	0	0,0	3,1	0	0	0	0	0	0	
Фрикадельки готовые:															
Выход:	0,47	0,35	519	1,19	37,7	786	2435	106	136	479	4,74	272	26	957	

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют, делят на две части. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Одну часть лука бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой, вторую часть (1/5 часть) лука бланшируют отдельно для добавления в мясо. Филе рыбы дефростируют, промывают проточной водой, нарезают на куски и пропускают через мясорубку (2-3 раза), добавляют мелко рубленый бланшированный лук,

яйцо, соль (1/3 часть) и воду, перемешивают и выбивают, затем разделяют на шарики по 7-10 г, укладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и готовят на пару 15-20 минут, или варят в кастрюле – 15-20 минут. Готовые фрикадельки хранят в бульоне, перед отпуском еще раз доводят до кипения. В кипящий бульон (или воду) кладут картофель, нарезанный брусочками. Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассерованный репчатый лук, томатную пасту. Варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. При отпуске в тарелку кладут горячие фрикадельки и наливают суп. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – бульон прозрачный, форма овощей сохранена, консистенция мягкая, фрикадельки – сочные; вкус – соответствует наименованию блюда; запах - аромат рыбы и овощей.

3.3 БЛЮДА ИЗ КРУП - КАШИ

КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ

Номер рецептуры: 54-1к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа кукурузная	24	24	1,9	0,2	15,5	71,8								
молоко	60	60	1,6	1,3	2,6	28,9								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0,1	17,5								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	40,8	40,8	0	0	0	0								
Выход:		120	3,5	3,5	19,8	124,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа кукурузная	0,02	0,01	4,75	0	0	1,3	29,3	4,2	6,3	23	0,56	0	3,59	0
молоко	0,02	0,07	7,92	0	0,31	23	72,7	63	7,3	47	0,05	5,4	1,06	12
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,75	0,6	0	0,8	0,01	0	0,02	0,1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,08	20,8	0,04	0,31	201	103	70	14	71	0,65	29	4,67	12

Номер рецептуры: 54-1к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа кукурузная	30	30	2,3	0,3	19,4	89,8
молоко	75	75	2,0	1,7	3,3	36,2
масло сливочное	4	4	0	2,4	0,1	21,8
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	51	51	0	0	0	0
Выход:		150	4,4	4,4	24,8	155,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа кукурузная	0,03	0,02	5,94	0	0	1,6	36,6	5,3	7,8	28	0,71	0	4,49	0
молоко	0,02	0,09	9,9	0	0,39	29	90,9	79	9,1	59	0,07	6,8	1,32	15
масло сливочное	0	0	10,1	0,05	0	0,4	0,94	0,8	0	1	0,01	0	0,03	0,1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,11	26	0,05	0,39	251	129	88	17	89	0,81	37	5,84	15

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении, помешивая, через 20-30 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар.

За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша однородная, текучая, зерна мягкие, без комков; консистенция – жидкая, текучая; цвет – желтоватый; вкус и запах – каши и масла.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ

Номер рецептуры: 54-2к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
крупа кукурузная	34,2	34,2	2,6	0,4	22,1	102,3
молоко	60	60	1,6	1,3	2,6	28,9
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	39	39	0	0	0	0
Выход:		120	4,3	5,5	26,4	172,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа кукурузная	0,03	0,02	6,77	0	0	1,8	41,7	6	8,9	32	0,8	0	5,12	0
молоко	0,02	0,07	7,92	0	0,31	23	72,7	63	7,3	47	0,05	5,4	1,06	12
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,1	30,9	0,08	0,31	202	116	73	16	81	0,89	29	6,23	12

Номер рецептуры: 54-2к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа кукурузная	42,8	42,8	3,3	0,5	27,6	127,9								
молоко	75	75	2	1,7	3,3	36,2								
масло сливочное	8	8	0,1	4,8	0,1	43,7								
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	49	49	0	0	0	0								
Выход:		150	5,4	6,9	33	215,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа кукурузная	0,04	0,02	8,47	0	0	2,3	52,2	7,5	11	41	1,01	0	6,4	0
молоко	0,02	0,09	9,9	0	0,39	29	90,9	79	9,1	59	0,07	6,8	1,32	15
масло сливочное	0	0,01	20,3	0,1	0	0,9	1,87	1,6	0	2	0,02	0	0,07	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,06	0,12	38,6	0,1	0,39	252	145	91	20	102	1,12	37	7,79	15

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении, помешивая, через 15-20 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар.

За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают, затем упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные; консистенция - однородная, вязкая, держится горкой, зерна мягкие; цвет - желтый, вкус и запах - соответствуют наименованию каши.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С КУРАГОЙ

Номер рецептуры: 54-3к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа кукурузная	32,6	32,6	2,5	0,4	21,1	97,4
молоко	57,1	57,1	1,6	1,3	2,5	27,5
курага	6,1	5,7	0,3	0	2,6	11,9
масло сливочное	5,7	5,7	0,1	3,7	0,1	33,2
сахар-песок	1,7	1,7	0	0	1,6	6,2
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	37,1	37,1	0	0	0	0
Выход:		120	4,4	5,3	27,8	176,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа кукурузная	0,03	0,02	6,45	0	0	1,7	39,7	5,7	8,5	31	0,77	0	4,87	0
молоко	0,02	0,07	7,54	0	0,3	22	69,2	60	7	45	0,05	5,1	1,01	11
курага	0,01	0,01	20	0	0,09	0,7	81,4	8	5,2	7,3	0,16	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	15,4	0,07	0	0,7	1,42	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	168	0,04	1,8	0,1	0,4	0,01	23	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,1	49,4	0,07	0,39	193	192	77	21	85	1,01	28	5,93	12

Номер рецептуры: 54-3к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа кукурузная	40,7	40,7	3,2	0,5	26,3	121,8
молоко	71,4	71,4	2	1,6	3,2	34,4
курага	7,7	7,1	0,4	0	3,3	14,9
масло сливочное	7,1	7,1	0,1	4,6	0,1	41,6
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	7,8
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	46,4	46,4	0	0	0	0
Выход:		150	5,6	6,6	34,8	220,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа кукурузная	0,04	0,02	8,06	0	0	2,2	49,7	7,2	11	39	0,96	0	6,09	0
молоко	0,02	0,08	9,43	0	0,38	27	86,6	75	8,7	56	0,06	6,4	1,26	14
курага	0,01	0,02	25	0	0,11	0,9	102	10	6,5	9,1	0,2	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	19,3	0,09	0	0,8	1,78	1,5	0	1,9	0,02	0	0,06	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	210	0,05	2,3	0,1	0,5	0,02	29	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,07	0,13	61,8	0,09	0,49	241	240	97	26	106	1,26	35	7,41	14

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Курагу перебирают, промывают в воде, воду несколько раз меняют, распаривают в небольшом количестве воды, измельчают.

Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении, помешивая, через 15-20 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар.

За 10 минут до готовности добавляют курагу, перемешивают.

За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные, в каше равномерно распределена курага; консистенция - однородная, вязкая, держится горкой, зерна мягкие; цвет - желтый, вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ИЗЮМОМ

Номер рецептуры: 54-4к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа кукурузная	32,6	32,6	2,5	0,4	21,1	97,4
молоко	57,1	57,1	1,6	1,3	2,5	27,5
изюм	5,8	5,7	0,1	0	3,4	14,4
масло сливочное	5,7	5,7	0,1	3,7	0,1	33,2
сахар-песок	1,7	1,7	0	0	1,6	6,2
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	37,1	37,1	0	0	0	0
Выход:		120	4,3	5,3	28,6	178,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа кукурузная	0,03	0,02	6,45	0	0	1,7	39,7	5,7	8,5	31	0,77	0	4,87	0
молоко	0,02	0,07	7,54	0	0,3	22	69,2	60	7	45	0,05	5,1	1,01	11
изюм	0,01	0,01	0,2	0	0	5,1	39,4	4	2,1	6,4	0,15	0	0,03	13
масло сливочное	0	0,01	15,4	0,07	0	0,7	1,42	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	168	0,04	1,8	0,1	0,4	0,01	23	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,1	29,6	0,07	0,3	197	150	73	18	84	1	28	5,96	25

Номер рецептуры: 54-4к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа кукурузная	40,7	40,7	3,2	0,5	26,3	121,8
молоко	71,4	71,4	2	1,6	3,2	34,4
изюм	7,3	7,1	0,2	0	4,3	18
масло сливочное	7,1	7,1	0,1	4,6	0,1	41,6
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	7,8
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	46,4	46,4	0	0	0	0
Выход:		150	5,3	6,6	35,8	223,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа кукурузная	0,04	0,02	8,06	0	0	2,2	49,7	7,2	11	39	0,96	0	6,09	0
молоко	0,02	0,08	9,43	0	0,38	27	86,6	75	8,7	56	0,06	6,4	1,26	14
изюм	0,01	0,01	0,26	0	0	6,4	49,2	5	2,6	8	0,19	0,1	0,04	17
масло сливочное	0	0,01	19,3	0,09	0	0,8	1,78	1,5	0	1,9	0,02	0	0,06	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	210	0,05	2,3	0,1	0,5	0,02	29	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,07	0,12	37	0,09	0,38	247	187	91	22	105	1,25	35	7,45	31

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Изюм перебирают, промывают в воде, воду несколько раз меняют, распаривают в небольшом количестве воды.

Крупы засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении, помешивая, через 15-20 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар.

За 10 минут до готовности добавляют изюм, перемешивают.

За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные, в каше равномерно распределен изюм; консистенция - однородная, вязкая, зерна мягкие; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С КЛЮКВОЙ

Номер рецептуры: 54-5к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупя кукурузная	32,6	32,6	2,5	0,4	21,1	97,4								
молоко	57,1	57,1	1,6	1,3	2,5	27,5								
клюква	6,1	5,7	0	0	0,2	1								
масло сливочное	5,7	5,7	0,1	3,7	0,1	33,2								
сахар-песок	1,7	1,7	0	0	1,6	6,2								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	37,1	37,1	0	0	0	0								
Выход:		120	4,1	5,3	25,4	165,4								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупя кукурузная	0,03	0,02	6,45	0	0	1,7	39,7	5,7	8,5	31	0,77	0	4,87	0
молоко	0,02	0,07	7,54	0	0,3	22	69,2	60	7	45	0,05	5,1	1,01	11
клюква	0	0	0	0	0,34	0	5,65	0,7	0,7	0,5	0,03	0	0,01	0,6
масло сливочное	0	0,01	15,4	0,07	0	0,7	1,42	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	168	0,04	1,8	0,1	0,4	0,01	23	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,09	29,4	0,07	0,64	192	116	70	16	78	0,88	28	5,93	12

Номер рецептуры: 54-5к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупя кукурузная	40,7	40,7	3,2	0,5	26,3	121,8
молоко	71,4	71,4	2	1,6	3,2	34,4
клюква	7,7	7,1	0	0	0,2	1
масло сливочное	7,1	7,1	0,1	4,6	0,1	41,6
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	7,8
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	46,4	46,4	0	0	0	0
Выход:		150	5,2	6,6	31,7	206,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа кукурузная	0,04	0,02	8,06	0	0	2,2	49,7	7,2	11	39	0,96	0	6,09
молоко	0,02	0,08	9,43	0	0,38	27	86,6	75	8,7	56	0,06	6,4	1,26	14
клюква	0	0	0	0	0,43	0,1	7,06	0,9	0,9	0,7	0,04	0	0,01	0,7
масло сливочное	0	0,01	19,3	0,09	0	0,8	1,78	1,5	0	1,9	0,02	0	0,06	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	210	0,05	2,3	0,1	0,5	0,02	29	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,06	0,11	36,8	0,09	0,8	240	145	87	20	98	1,1	35	7,42	15

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Клюкву перебирают, промывают в воде, размораживают.

Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении, помешивая, через 15-20 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар.

За 2-3 минуты до готовности добавляют клюкву, растопленное сливочное масло, перемешивают, затем упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные, в каше равномерно распределены ягоды; консистенция - однородная, вязкая, держится горкой, зерна мягкие; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ

Номер рецептуры: 54-6к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа пшеничная	30	30	3,2	0,9	18,2	93,4
молоко	62,4	62,4	1,7	1,4	2,7	30,1
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	31,2	31,2	0	0	0	0
Выход:		120	5	6,1	22,6	164,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа пшеничная	0,09	0,01	0,54	0	0	2,3	52,5	7,1	22	61	0,7	1,4	0,71
молоко	0,02	0,07	8,24	0	0,32	24	75,6	66	7,6	49	0,05	5,6	1,1	12
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,11	0,09	25	0,08	0,32	203	130	76	29	112	0,79	31	1,87	21

Номер рецептуры: 54-6к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа пшеничная	38	38	4,1	1,1	22,7	116,8								
молоко	78	78	2,1	1,7	3,4	37,6								
масло сливочное	8	8	0,1	4,8	0,1	43,7								
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	39	39	0	0	0	0								
Выход:		150	6	7,7	28,2	206,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,11	0,02	0,68	0	0	2,9	65,7	8,9	27	76	0,88	1,7	0,89	11
молоко	0,02	0,09	10,3	0	0,41	30	94,5	82	9,5	61	0,07	7	1,37	16
масло сливочное	0	0,01	20,3	0,1	0	0,9	1,87	1,6	0	2	0,02	0	0,07	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,14	0,11	31,2	0,1	0,41	254	162	95	37	140	0,99	39	2,33	26

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40°-50° С), затем горячей водой (60°-70° С), пшено после промывания ошпаривают.

В кипящую воду с молоком добавляют соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу при слабом кипении.

За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают, затем упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша мягкая, однородная; консистенция - мягкая, однородная; цвет - желтоватый; вкус и запах - соответствуют наименованию каши.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С ИЗЮМОМ

Номер рецептуры: 54-7к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа пшеничная	28,6	28,6	3,1	0,8	17,3	89
молоко	59,4	59,4	1,6	1,3	2,6	28,6
изюм	5,8	5,7	0,1	0	3,4	14,4
масло сливочное	5,7	5,7	0,1	3,7	0,1	33,2
сахар-песок	1,7	1,7	0	0	1,6	6,2
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	29,7	29,7	0	0	0	0
Выход:		120	4,9	5,8	24,9	171,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа пшеничная	0,08	0,01	0,52	0	0	2,2	50	6,8	21	58	0,67	1,3	0,68
молоко	0,02	0,07	7,84	0	0,31	23	72	63	7,2	47	0,05	5,3	1,04	12
изюм	0,01	0,01	0,2	0	0	5,1	39,4	4	2,1	6,4	0,15	0	0,03	13
масло сливочное	0	0,01	15,4	0,07	0	0,7	1,42	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	168	0,04	1,8	0,1	0,4	0,01	23	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,11	0,1	24	0,07	0,31	199	163	77	30	113	0,91	30	1,8	33

Номер рецептуры: 54-7к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа пшеничная	35,7	35,7	3,8	1,1	21,6	111
молоко	74,3	74,3	2	1,7	3,2	35,8
изюм	7,3	7,1	0,2	0	4,3	18
масло сливочное	7,1	7,1	0,1	4,6	0,1	41,6
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	7,8
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	37,1	37,1	0	0	0	0
Выход:		150	6,1	7,3	31,1	214,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа пшеничная	0,11	0,02	0,65	0	0	2,7	62,6	8,5	26	72	0,84	1,6	0,85
молоко	0,02	0,09	9,8	0	0,39	28	90	78	9	58	0,07	6,7	1,31	15
изюм	0,01	0,01	0,26	0	0	6,4	49,2	5	2,6	8	0,19	0,1	0,04	17
масло сливочное	0	0,01	19,3	0,09	0	0,8	1,78	1,5	0	1,9	0,02	0	0,06	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	210	0,05	2,3	0,1	0,5	0,02	29	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,14	0,12	30	0,09	0,39	248	204	96	38	141	1,13	37	2,25	42

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40°-50° C), затем горячей водой (60°-70°С), пшено после промывания ошпаривают.

Изюм перебирают, промывают в воде, воду несколько раз меняют, распаривают в небольшом количестве воды.

В кипящую воду с молоком добавляют соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу при слабом кипении.

За 10 минут до готовности добавляют изюм, перемешивают.

За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают, затем упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша мягкая, однородная, в каше равномерно распределен изюм; консистенция - мягкая, однородная; цвет - желтоватый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С КУРАГОЙ

Номер рецептуры: 54-8к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа пшеничная	28,6	28,6	3,1	0,8	17,3	89								
молоко	59,4	59,4	1,6	1,3	2,6	28,6								
курага	6,1	5,7	0,3	0	2,6	11,9								
масло сливочное	5,7	5,7	0,1	3,7	0,1	33,2								
сахар-песок	1,7	1,7	0	0	1,6	6,2								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	29,7	29,7	0	0	0	0								
Выход:		120	5	5,8	24,1	169								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,08	0,01	0,52	0	0	2,2	50	6,8	21	58	0,67	1,3	0,68	8
молоко	0,02	0,07	7,84	0	0,31	23	72	63	7,2	47	0,05	5,3	1,04	12
курага	0,01	0,01	20	0	0,09	0,7	81,4	8	5,2	7,3	0,16	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	15,4	0,07	0	0,7	1,42	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	168	0,04	1,8	0,1	0,4	0,01	23	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,11	0,1	43,8	0,07	0,4	194	205	81	33	114	0,92	29	1,77	20

Номер рецептуры: 54-8к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа пшеничная	35,7	35,7	3,8	1,1	21,6	111								
молоко	74,3	74,3	2	1,7	3,2	35,8								
курага	7,7	7,1	0,4	0	3,3	14,9								
масло сливочное	7,1	7,1	0,1	4,6	0,1	41,6								
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	7,8								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	37,1	37,1	0	0	0	0								
Выход:		150	6	7,3	30,2	211								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,11	0,02	0,65	0	0	2,7	62,6	8,5	26	72	0,84	1,6	0,85	10
молоко	0,02	0,09	9,8	0	0,39	28	90	78	9	58	0,07	6,7	1,31	15
курага	0,01	0,02	25	0	0,11	0,9	102	10	6,5	9,1	0,2	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	19,3	0,09	0	0,8	1,78	1,5	0	1,9	0,02	0	0,06	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	210	0,05	2,3	0,1	0,5	0,02	29	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,14	0,13	54,7	0,09	0,5	243	256	101	41	142	1,15	37	2,21	25

Способ термической обработки: варка.**Технология приготовления:**

Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40°-50°С), затем горячей водой (60°-70°С), пшено после промывания ошпаривают.

Курагу перебирают, промывают в воде, воду несколько раз меняют, распаривают в небольшом количестве воды, измельчают.

В кипящую воду с молоком добавляют соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу при слабом кипении.

За 10 минут до готовности добавляют курагу, перемешивают.

За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают, затем упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша мягкая, однородная, в каше равномерно распределена курага; консистенция - мягкая, однородная; цвет - желтоватый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ

Номер рецептуры: 54-9к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа овсяная	30	30	3,5	1,6	16,3	93,4								
молоко	60	60	1,6	1,3	2,6	28,9								
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	36	36	0	0	0	0								
Выход:		120	5,2	6,8	20,6	163,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа овсяная	0,11	0,02	0	0	0	8	90,1	17	30	91	1,02	1,4	7,63	25
молоко	0,02	0,07	7,92	0	0,31	23	72,7	63	7,3	47	0,05	5,4	1,06	12
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,13	0,1	24,1	0,08	0,31	208	164	83	38	140	1,11	31	8,74	37

Номер рецептуры: 54-9к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа овсяная	38	38	4,4	2	20,3	116,7
молоко	75	75	2	1,7	3,3	36,2
масло сливочное	8	8	0,1	4,8	0,1	43,7
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	45	45	0	0	0	0
Выход:		150	6,5	8,5	25,7	204,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа овсяная	0,14	0,03	0	0	0	10	113	21	38	114	1,28	1,7	9,54
молоко	0,02	0,09	9,9	0	0,39	29	90,9	79	9,1	59	0,07	6,8	1,32	15
масло сливочное	0	0,01	20,3	0,1	0	0,9	1,87	1,6	0	2	0,02	0	0,07	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,16	0,13	30,2	0,1	0,39	260	206	104	47	175	1,39	38	10,9	47

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, помешивая, пока каша не загустеет, добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные; консистенция - однородная, вязкая, зерна – мягкие; цвет – серовато-белый; вкус и запах - соответствуют наименованию каши.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С ИЗЮМОМ

Номер рецептуры: 54-10к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа овсяная	28,6	28,6	3,3	1,6	15,5	88,9
молоко	57,1	57,1	1,6	1,3	2,5	27,5
изюм	5,8	5,7	0,1	0	3,4	14,4
масло сливочное	5,7	5,7	0,1	3,7	0,1	33,2
сахар-песок	1,7	1,7	0	0	1,6	6,2
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	34,3	34,3	0	0	0	0
Выход:		120	5	6,5	23	170,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа овсяная	0,1	0,02	0	0	0	7,6	85,8	16	29	87	0,97	1,3	7,27
молоко	0,02	0,07	7,54	0	0,3	22	69,2	60	7	45	0,05	5,1	1,01	11
изюм	0,01	0,01	0,2	0	0	5,1	39,4	4	2,1	6,4	0,15	0	0,03	13
масло сливочное	0	0,01	15,4	0,07	0	0,7	1,42	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	168	0,04	1,8	0,1	0,4	0,01	23	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,13	0,1	23,2	0,07	0,3	203	196	84	38	140	1,2	29	8,35	49

Номер рецептуры: 54-10к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупя овсяная	35,7	35,7	4,1	2	19,4	111,2								
молоко	71,4	71,4	2	1,6	3,2	34,4								
изюм	7,3	7,1	0,2	0	4,3	18								
масло сливочное	7,1	7,1	0,1	4,6	0,1	41,6								
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	7,8								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	42,8	42,8	0	0	0	0								
Выход:		150	6	8,1	29	212,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупя овсяная	0,13	0,03	0	0	0	9,5	107	20	36	108	1,22	1,6	9,08	30
молоко	0,02	0,08	9,43	0	0,38	27	86,6	75	8,7	56	0,06	6,4	1,26	14
изюм	0,01	0,01	0,26	0	0	6,4	49,2	5	2,6	8	0,19	0,1	0,04	17
масло сливочное	0	0,01	19,3	0,09	0	0,8	1,78	1,5	0	1,9	0,02	0	0,06	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	210	0,05	2,3	0,1	0,5	0,02	29	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,16	0,13	29	0,09	0,38	254	245	104	47	175	1,5	37	10,4	61

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Изюм перебирают, промывают в воде, воду несколько раз меняют, распаривают в небольшом количестве воды.

Крупя перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Подготовленную крупя засыпают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, помешивая, пока каша не загустеет.

За 10 минут до готовности добавляют изюм, растопленное сливочное масло, перемешивают, упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупя набухшие, полностью разваренные, в каше равномерно распределен изюм; консистенция - однородная, вязкая, зерна - мягкие; цвет - серовато белый; вкус и запах - соответствуют наименованию каши и изюма.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ

Номер рецептуры: 54-11к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа овсяная	28,6	28,6	3,3	1,6	15,5	88,9								
молоко	57,1	57,1	1,6	1,3	2,5	27,5								
курага	6,1	5,7	0,3	0	2,6	11,9								
масло сливочное	5,7	5,7	0,1	3,7	0,1	33,2								
сахар-песок	1,7	1,7	0	0	1,6	6,2								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	34,3	34,3	0	0	0	0								
Выход:		120	5,2	6,5	22,3	167,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа овсяная	0,1	0,02	0	0	0	7,6	85,8	16	29	87	0,97	1,3	7,27	24
молоко	0,02	0,07	7,54	0	0,3	22	69,2	60	7	45	0,05	5,1	1,01	11
курага	0,01	0,01	20	0	0,09	0,7	81,4	8	5,2	7,3	0,16	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	15,4	0,07	0	0,7	1,42	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	168	0,04	1,8	0,1	0,4	0,01	23	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,13	0,11	43	0,07	0,39	199	238	88	41	141	1,21	29	8,32	36

Номер рецептуры: 54-11к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа овсяная	35,7	35,7	4,1	2	19,4	111,2								
молоко	71,4	71,4	2	1,6	3,2	34,4								
курага	7,7	7,1	0,4	0	3,3	14,9								
масло сливочное	7,1	7,1	0,1	4,6	0,1	41,6								
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2,0	7,8								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	42,8	42,8	0	0	0	0								
Выход:		150	6,5	8,1	27,8	209,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа овсяная	0,13	0,03	0	0	0	9,5	107	20	36	108	1,22	1,6	9,08	30
молоко	0,02	0,08	9,43	0	0,38	27	86,6	75	8,7	56	0,06	6,4	1,26	14
курага	0,01	0,02	25	0	0,11	0,9	102	10	6,5	9,1	0,2	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	19,3	0,09	0	0,8	1,78	1,5	0	1,9	0,02	0	0,06	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	210	0,05	2,3	0,1	0,5	0,02	29	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,16	0,14	53,7	0,09	0,49	249	298	109	51	176	1,52	37	10,4	44

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Курагу перебирают, распаривают в небольшом количестве воды, измельчают.

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, помешивая, пока каша не загустеет.

За 10 минут до готовности добавляют курагу, растопленное сливочное масло, перемешивают, упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные, в каше равномерно распределена курага; консистенция - однородная, вязкая, зерна – мягкие; цвет - серовато белый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КЛЮКВОЙ

Номер рецептуры: 54-12к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
	брутто	нетто	г	г	г	ккал	
крупа овсяная	28,6	28,6	3,3	1,6	15,5	88,9	
молоко	57,1	57,1	1,6	1,3	2,5	27,5	
клюква	6,1	5,7	0	0	0,2	1	
масло сливочное	5,7	5,7	0,1	3,7	0,1	33,2	
сахар-песок	1,7	1,7	0	0	1,6	6,2	
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0	
вода	34,3	34,3	0	0	0	0	
Выход:		120	4,9	6,5	19,8	156,9	

Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа овсяная	0,1	0,02	0	0	0	7,6	85,8	16	29	87	0,97	1,3	7,27
молоко	0,02	0,07	7,54	0	0,3	22	69,2	60	7	45	0,05	5,1	1,01	11
клюква	0	0	0	0	0,34	0	5,65	0,7	0,7	0,5	0,03	0	0,01	0,6
масло сливочное	0	0,01	15,4	0,07	0	0,7	1,42	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	168	0,04	1,8	0,1	0,4	0,01	23	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,12	0,1	23	0,07	0,64	198	162	80	37	134	1,08	29	8,33	36

Номер рецептуры: 54-12к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
	брутто	нетто	г	г	г	ккал	
крупа овсяная	35,7	35,7	4,1	2	19,4	111,2	
молоко	71,4	71,4	2	1,6	3,2	34,4	
клюква	7,7	7,1	0	0	0,2	1	
масло сливочное	7,1	7,1	0,1	4,6	0,1	41,6	
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2,0	7,8	
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0	
вода	42,8	42,8	0	0	0	0	
Выход:		150	6,2	8,1	24,8	196,1	

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа овсяная	0,13	0,03	0	0	0	9,5	107	20	36	108	1,22	1,6	9,08
молоко	0,02	0,08	9,43	0	0,38	27	86,6	75	8,7	56	0,06	6,4	1,26	14
клюква	0	0	0	0	0,43	0,1	7,06	0,9	0,9	0,7	0,04	0	0,01	0,7
масло сливочное	0	0,01	19,3	0,09	0	0,8	1,78	1,5	0	1,9	0,02	0	0,06	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	210	0,05	2,3	0,1	0,5	0,02	29	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,15	0,12	28,7	0,09	0,8	248	203	100	46	167	1,35	37	10,4	45

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Клюкву перебирают, промывают в воде, размораживают.

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, помешивая, пока каша не загустеет.

За 2-3 минуты до готовности добавляют клюкву, растопленное сливочное масло, перемешивают, затем упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные, в каше равномерно распределена клюква; консистенция - однородная, вязкая, зерна - мягкие; цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ

Номер рецептуры: 54-13к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа пшеничная	30	30	3,1	0,3	18,7	90,1								
молоко	63,6	63,6	1,7	1,4	2,8	30,7								
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	32,4	32,4	0	0	0	0								
Выход:		120	4,9	5,5	23,2	162,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа пшеничная	0,07	0,02	0	0	0	3,9	57,3	11	16	72	1,22	0	18,7
молоко	0,02	0,08	8,39	0	0,33	24	77,1	67	7,7	50	0,05	5,7	1,12	13
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,08	0,11	24,6	0,08	0,33	205	136	81	24	124	1,31	30	19,8	13

Номер рецептуры: 54-13к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа пшеничная	38	38	3,9	0,4	23,4	112,6								
молоко	79,5	79,5	2,2	1,7	3,5	38,3								
масло сливочное	8	8	0,1	4,8	0,1	43,7								
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	40,5	40,5	0	0	0	0								
Выход:		150	6,2	6,9	29	202,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,08	0,03	0	0	0	4,8	71,6	13	20	90	1,53	0	23,3	0
молоко	0,02	0,1	10,5	0	0,41	30	96,3	84	9,7	62	0,07	7,2	1,4	16
масло сливочное	0	0,01	20,3	0,1	0	0,9	1,87	1,6	0	2	0,02	0	0,07	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,11	0,14	30,7	0,1	0,41	257	170	101	29	155	1,64	37	24,8	16

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40°-50°С), затем горячей водой (60°-70°С), после промывания ошпаривают. В кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна полностью набухшие, мягкие консистенция: мягкая, однородная; цвет: от кремового до желтоватого; вкус и запах соответствуют наименованию каши.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С ИЗЮМОМ

Номер рецептуры: 54-14к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа пшеничная	28,6	28,6	2,9	0,3	17,8	85,8
молоко	60,6	60,6	1,7	1,3	2,6	29,2
изюм	5,8	5,7	0,1	0	3,4	14,4
масло сливочное	5,7	5,7	0,1	3,7	0,1	33,2
сахар-песок	1,7	1,7	0	0	1,6	6,2
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	30,8	30,8	0	0	0	0
Выход:		120	4,8	5,3	25,5	168,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа пшеничная	0,06	0,02	0	0	0	3,7	54,5	10	15	69	1,17	0	17,8
молоко	0,02	0,07	8	0	0,31	23	73,4	64	7,4	47	0,05	5,5	1,07	12
изюм	0,01	0,01	0,2	0	0	5,1	39,4	4	2,1	6,4	0,15	0	0,03	13
масло сливочное	0	0,01	15,4	0,07	0	0,7	1,42	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	168	0,04	1,8	0,1	0,4	0,01	23	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,08	0,11	23,6	0,07	0,31	201	169	81	24	124	1,4	28	18,9	26

Номер рецептуры: 54-14к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа пшеничная	35,7	35,7	3,7	0,4	22,3	107,3
молоко	75,8	75,8	2,1	1,7	3,3	36,5
изюм	7,3	7,1	0,2	0	4,3	18
масло сливочное	7,1	7,1	0,1	4,6	0,1	41,6
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2,0	7,8
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	38,6	38,6	0	0	0	0
Выход:		150	6	6,6	31,9	211,1

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа пшеничная	0,08	0,03	0	0	0	4,6	68,2	13	19	86	1,46	0	22,2
молоко	0,02	0,09	10	0	0,39	29	91,7	80	9,2	59	0,07	6,8	1,34	15
изюм	0,01	0,01	0,26	0	0	6,4	49,2	5	2,6	8	0,19	0,1	0,04	17
масло сливочное	0	0,01	19,3	0,09	0	0,8	1,78	1,5	0	1,9	0,02	0	0,06	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	210	0,05	2,3	0,1	0,5	0,02	29	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,11	0,14	29,5	0,09	0,39	251	211	101	31	155	1,76	35	23,7	32

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Изюм перебирают, промывают в воде, воду несколько раз меняют, распаривают в небольшом количестве воды.

Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40°-50° С), затем горячей водой (60°-70° С), после промывания ошпаривают.

Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, помешивая, пока каша не загустеет.

За 10 минут до готовности добавляют изюм, растопленное сливочное масло, перемешивают, упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные, в каше равномерно распределен изюм; консистенция - однородная, вязкая, зерна - мягкие; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С КУРАГОЙ

Номер рецептуры: 54-15к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа пшеничная	28,6	28,6	2,9	0,3	17,8	85,8
молоко	60,6	60,6	1,7	1,3	2,6	29,2
курага	6,1	5,7	0,3	0	2,6	11,9
масло сливочное	5,7	5,7	0,1	3,7	0,1	33,2
сахар-песок	1,7	1,7	0	0	1,6	6,2
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	30,8	30,8	0	0	0	0
Выход:		120	5	5,3	24,7	166,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,06	0,02	0	0	0	3,7	54,5	10	15	69	1,17	0	17,8	0
молоко	0,02	0,07	8	0	0,31	23	73,4	64	7,4	47	0,05	5,5	1,07	12
курага	0,01	0,01	20	0	0,09	0,7	81,4	8	5,2	7,3	0,16	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	15,4	0,07	0	0,7	1,42	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	168	0,04	1,8	0,1	0,4	0,01	23	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,08	0,11	43,4	0,07	0,4	196	211	85	28	125	1,42	28	18,9	12

Номер рецептуры: 54-15к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа пшеничная	35,7	35,7	3,7	0,4	22,3	107,3
молоко	75,8	75,8	2,1	1,7	3,3	36,5
курага	7,7	7,1	0,4	0	3,3	14,9
масло сливочное	7,1	7,1	0,1	4,6	0,1	41,6
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	7,8
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	38,6	38,6	0	0	0	0
Выход:		150	6	6,6	30,9	207,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,08	0,03	0	0	0	4,6	68,2	13	19	86	1,46	0	22,2	0
молоко	0,02	0,09	10	0	0,39	29	91,7	80	9,2	59	0,07	6,8	1,34	15
курага	0,01	0,02	25	0	0,11	0,9	102	10	6,5	9,1	0,2	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	19,3	0,09	0	0,8	1,78	1,5	0	1,9	0,02	0	0,06	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	210	0,05	2,3	0,1	0,5	0,02	29	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,11	0,14	54,3	0,09	0,5	245	264	106	35	156	1,77	35	23,6	15

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Курагу перебирают, распаривают в небольшом количестве воды, измельчают.

Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40°-50°С), затем горячей водой (60°-70° С), после промывания ошпаривают.

Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, помешивая, пока каша не загустеет.

За 10 минут до готовности добавляют курагу, растопленное сливочное масло, перемешивают, упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные, в каше равномерно распределена курага; консистенция - однородная, вязкая, зерна – мягкие; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

КАША "ДРУЖБА"

Номер рецептуры: 54-16к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа рисовая	9	9	0,6	0,1	6,1	27,3
крупа пшеничная	6,6	6,6	0,7	0,2	4	20,6
молоко	61,2	61,2	1,7	1,3	2,7	29,5
масло сливочное	3	3	0	1,9	0,1	17,5
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	42	42	0	0	0	0
Выход:		120	3	3,5	14,5	101,3

Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа рисовая	0,01	0	0	0	0	0,8	7,47	0,6	3,9	12	0,08	0,1	1,19
крупа пшеничная	0,02	0	0,12	0	0	0,5	11,6	1,6	4,8	13	0,16	0,3	0,16	1,8
молоко	0,02	0,07	8,08	0	0,32	23	74,2	65	7,5	48	0,05	5,5	1,08	12
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,75	0,6	0	0,8	0,01	0	0,02	0,1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,07	16,3	0,04	0,32	201	94	69	16	74	0,32	30	2,45	19

Номер рецептуры: 54-16к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа рисовая	11	11	0,8	0,1	7,6	34,1
крупа пшеничная	8,3	8,3	0,9	0,2	5	25,7
молоко	76,5	76,5	2,1	1,7	3,4	36,8
масло сливочное	4	4	0	2,4	0,1	21,8
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	53	53	0	0	0	0
Выход:		150	4	4,4	18,1	126,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
крупа рисовая	0,01	0	0	0	0	1	9,34	0,8	4,9	15	0,1	0,2	1,49	5,6	
крупа пшеничная	0,02	0	0,15	0	0	0,6	14,4	2	6	17	0,2	0,4	0,2	2,3	
молоко	0,02	0,09	10,1	0	0,4	29	92,7	81	9,3	60	0,07	6,9	1,35	15	
масло сливочное	0	0	10,1	0,05	0	0,4	0,94	0,8	0	1	0,01	0	0,03	0,1	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,05	0,09	20,4	0,05	0,4	252	118	87	20	93	0,4	37	3,07	23	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Пшено перебирают, промывают сначала теплой водой (40°-50°С), затем горячей водой (60°-70°С), пшено после промывания ошпаривают.

Рис перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Пшеничную крупу промывают, несколько раз меняя воду.

Крупы сначала варят отдельно, закладывая в кипящую воду, до полуготовности.

Крупы соединяют, заливают теплым молоком, добавляют сахар, соль, доводят до кипения, варят при слабом кипении до поглощения жидкости над поверхностью крупы.

За 10 минут до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают, упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна полностью набухшие, мягкие; консистенция - однородная; цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию каши.

СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ

Номер рецептуры: 54-17к (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
крупа гречневая	80	80	9,5	2,3	41,6	225,1
молоко	700	700	19,1	15,4	30,6	337,2
масло сливочное	10	10	0,1	6,4	0,1	58,2
сахар-песок	8	8	0	0	7,3	29,1
соль поваренная йодированная	1	1	0	0	0	0
вода	300	300	0	0	0	0
Выход:		1000	28,7	24,1	79,6	649,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа гречневая	0,25	0,13	0,96	0	0	1,8	252	14	139	207	4,66	2,6	4,01
молоко	0,2	0,84	92,4	0	3,64	266	848	739	85	548	0,61	63	12,3	140
масло сливочное	0	0,01	27	0,13	0	1,1	2,49	2,1	0	2,6	0,02	0	0,09	0,3
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,1	0	0	0,02	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	294	0,07	3,2	0,2	0,7	0,03	40	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,45	0,98	120	0,13	3,64	563	1103	759	225	759	5,34	106	16,4	159

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Крупу варят в подсоленной воде 10-15 минут до полуготовности, затем добавляют горячее молоко, растопленное сливочное масло, сахар, соль и варят до готовности.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - крупа хорошо набухла, но не разварилась; консистенция, цвет, вкус и запах соответствуют наименованию супа.

СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ

Номер рецептуры: 54-18к (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа рисовая	80	80	5,3	0,7	53,9	242,9
молоко	700	700	19,1	15,4	30,6	337,2
масло сливочное	10	10	0,1	6,4	0,1	58,2
сахар-песок	8	8	0	0	7,3	29,1
соль поваренная йодированная	1	1	0	0	0	0
вода	300	300	0	0	0	0
Выход:		1000	24,5	22,5	91,9	667,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа рисовая	0,05	0,03	0	0	0	7,3	66,4	5,6	35	104	0,7	1,1	10,6
молоко	0,2	0,84	92,4	0	3,64	266	848	739	85	548	0,61	63	12,3	140
масло сливочное	0	0,01	27	0,13	0	1,1	2,49	2,1	0	2,6	0,02	0	0,09	0,3
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,1	0	0	0,02	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	294	0,07	3,2	0,2	0,7	0,03	40	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,25	0,88	119	0,13	3,64	569	917	750	120	656	1,38	104	23	180

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Крупу варят в подсоленной воде 10-15 минут до полуготовности, затем добавляют горячее молоко, растопленное сливочное масло, сахар, соль и варят до готовности.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - крупа хорошо набухла, но не разварилась; консистенция, цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию супа.

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Номер рецептуры: 54-19к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
макаронные изделия	80	80	8,3	0,9	51,3	246,6								
молоко	700	700	19,1	15,4	30,6	337,2								
масло сливочное	10	10	0,1	6,4	0,1	58,2								
сахар-песок	8	8	0	0	7,3	29,1								
соль поваренная йодированная	1	1	0	0	0	0								
вода	300	300	0	0	0	0								
Выход:		1000	27,5	22,7	89,3	671,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
макаронные изделия	0,1	0,03	0	0	0	1,8	81,7	13	11	61	1,11	1,2	0	18
молоко	0,2	0,84	92,4	0	3,64	266	848	739	85	548	0,61	63	12,3	140
масло сливочное	0	0,01	27	0,13	0	1,1	2,49	2,1	0	2,6	0,02	0	0,09	0,3
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,1	0	0	0,02	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	294	0,07	3,2	0,2	0,7	0,03	40	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,3	0,88	119	0,13	3,64	563	933	758	97	612	1,79	104	12,4	159

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Макаронные варят в подсоленной воде 10-15 минут до полуготовности, воду сливают.

Полуготовые макаронные изделия закладывают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар, растопленное сливочное масло и варят до готовности помешивая.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - макаронные изделия сохранили форму; консистенция, цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию супа.

КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ

Номер рецептуры: 54-20к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
	брутто	нетто	г	г	г	ккал	
крупа гречневая	22,8	22,8	2,7	0,7	11,8	64,1	
молоко	57,6	57,6	1,6	1,3	2,5	27,7	
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,6	0	14	
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5	
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0	
вода	38,4	38,4	0	0	0	0	
Выход:		120	4,3	3,5	16	112,4	

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
крупа гречневая	0,07	0,04	0,28	0	0	0,5	71,9	4	40	59	1,33	0,8	1,15	5,2	
молоко	0,02	0,07	7,6	0	0,3	22	69,8	61	7	45	0,05	5,2	1,01	12	
масло сливочное	0	0	6,48	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0,01	0	0,02	0,1	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,09	0,11	14,4	0,03	0,3	199	142	67	47	105	1,41	30	2,18	17	

Номер рецептуры: 54-20к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа гречневая	28,5	28,5	3,4	0,8	14,8	80,2
молоко	72	72	2	1,6	3,2	34,7
масло сливочное	3	3	0	2	0	17
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	48	48	0	0	0	0
Выход:		150	5,3	4,4	20	140,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
крупа гречневая	0,09	0,05	0,35	0	0	0,7	89,9	5	50	74	1,67	0,9	1,43	6,6	
молоко	0,02	0,09	9,5	0	0,38	27	87,2	76	8,8	56	0,06	6,5	1,27	14	
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,75	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,11	0,14	17,9	0,04	0,38	249	178	84	59	132	1,76	37	2,73	21	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении помешивая, через 20-30 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар.

За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша однородная, текучая зерна мягкие, без комков; консистенция – жидкая, текучая; цвет – желтоватый; вкус и запах – каши и масла.

КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ

Номер рецептуры: 54-21к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа рисовая	18,5	18,5	1,2	0,2	12,4	56,1								
молоко	70,8	70,8	1,9	1,6	3,1	34,1								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,6	0	14								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	34,8	34,8	0	0	0	0								
Выход:		120	3,1	3,3	17,2	110,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0,01	0,01	0	0	0	1,7	15,3	1,3	8	24	0,16	0,3	2,45	9,2
молоко	0,02	0,08	9,35	0	0,37	27	85,8	75	8,6	55	0,06	6,4	1,25	14
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0,01	0	0	0
масло сливочное	0	0	6,48	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0,01	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,09	15,8	0,03	0,37	205	102	79	17	81	0,25	31	3,73	23

Номер рецептуры: 54-21к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа рисовая	23,1	23,1	1,5	0,2	15,5	70,1								
молоко	88,5	88,5	2,4	2	3,9	42,6								
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2								
масло сливочное	3	3	0	2,0	0	17								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	43,5	43,5	0	0	0	0								
Выход:		150	3,9	4,1	21,5	138,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0,02	0,01	0	0	0	2,1	19,2	1,6	10	30	0,2	0,3	3,07	12
молоко	0,02	0,11	11,7	0	0,46	34	107	93	11	69	0,08	8	1,56	18
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,75	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,11	19,8	0,04	0,46	257	127	98	21	101	0,32	38	4,66	29

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Рисовую крупу перебирают, промывают под проточной водой.

В кипящую воду добавляют соль, сахар, всыпают подготовленный рис и варят, слегка помешивая, около 20 мин. при слабом кипении, до размягчения. Добавляют горячее молоко и продолжают варить кашу при слабом кипении до загустения, затем упаривают при закрытой крышке на водяной бане.

В конце варки добавляют сливочное масло и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша однородная, текучая, зерна мягкие, без комков;
консистенция – жидкая, текучая; цвет – белый; вкус и запах – каши и масла.

КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ**Номер рецептуры: 54-22к (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
крупа овсяная	18,5	18,5	2,2	1	10	57,5
молоко	70,8	70,8	1,9	1,6	3,1	34,1
масло сливочное	3	3	0	1,9	0,1	17,5
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	34,8	34,8	0	0	0	0
Выход:		120	4,1	4,5	14,8	115,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа овсяная	0,1	0	0	0	0	4,9	55,5	10	19	56	0,6	0,8	4,7
молоко	0	0,1	9,3	0	0,4	27	85,8	75	8,6	55	0,1	6,4	1,2	14
масло сливочное	0	0	8,1	0	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0	0	0	0,1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,1	17,4	0	0,4	209	142	88	27	113	0,7	31	6	30

Номер рецептуры: 54-22к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
крупа овсяная	23,1	23,1	2,7	1,3	12,5	71,9
молоко	88,5	88,5	2,4	2	3,9	42,6
масло сливочное	3,8	3,8	0	2,4	0,1	21,8
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	43,5	43,5	0	0	0	0
Выход:		150	5,1	5,6	18,5	144,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа овсяная	0,1	0	0	0	0	6,1	69,4	13	23	70	0,8	1	5,9
молоко	0	0,1	11,7	0	0,5	34	107	93	11	69	0,1	8	1,6	18
масло сливочное	0	0	10,1	0,1	0	0,4	0,9	0,8	0	1	0	0	0	0,1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,1	21,8	0,1	0,5	261	178	110	34	141	0,9	39	7,5	37

Способ обработки: варка.**Технология приготовления:**

Крупы перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленную крупу засыпают в кипящую смесь молока и воды, предварительно добавив сахар и соль. При высыпании крупы активно помешивают сверху вниз, и варят при непрерывном помешивании 20 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные; консистенция - однородная, каша растекается на тарелке, зерна – мягкие; цвет – серовато-белый; вкус и запах соответствуют наименованию каши.

КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ

Номер рецептуры: 54-23к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа пшеничная	24	24	2,5	0,2	14,9	72,1								
молоко	60	60	1,6	1,3	2,6	28,9								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0,1	17,5								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	40,8	40,8	0	0	0	0								
Выход:		120	4,1	3,5	19,3	125								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,1	0	0	0	0	3,1	45,8	8,4	13	58	1	0	14,9	0
молоко	0	0,1	7,9	0	0,3	23	72,7	63	7,3	47	0,1	5,4	1,1	12
масло сливочное	0	0	8,1	0	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0	0	0	0,1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,1	16	0	0,3	203	119	74	20	106	1,1	29	16	12

Номер рецептуры: 54-23к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
	брутто	нетто	г	г	г	ккал	
крупа пшеничная	30	30	3,1	0,3	18,7	90,1	
молоко	75	75	2	1,7	3,3	36,2	
масло сливочное	3,8	3,8	0	2,4	0,1	21,8	
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2	
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0	
вода	51	51	0	0	0	0	
Выход:		150	5,1	4,4	24,1	156,2	

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,1	0	0	0	0	3,9	57,3	11	16	72	1,2	0	18,7	0
молоко	0	0,1	9,9	0	0,4	29	90,9	79	9,1	59	0,1	6,8	1,3	15
масло сливочное	0	0	10,1	0,1	0	0,4	0,9	0,8	0	1	0	0	0	0,1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,1	20	0,1	0,4	253	149	93	25	132	1,3	37	20	15

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20-30 мин, после этого лишнюю воду сливают, добавляют молоко (предварительно доведенное до температуры кипения), соль, сахар и варят кашу до загустения. Затем упаривают на водяной бане при плотно закрытой крышке. За 2-3 мин. до готовности в кашу вливают растопленное сливочное масло и тщательно перемешивают. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна полностью набухшие, мягкие; консистенция - однородная, текучая; цвет - от кремового до желтоватого; вкус и запах - соответствуют наименованию каши.

КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ

Номер рецептуры: 54-24к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа пшеничная	30	30	3,2	0,9	18,2	93,4
молоко	62,4	62,4	1,7	1,4	2,7	30,1
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5
масло сливочное	6	6	0	3,8	0,1	34,9
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	31,2	31,2	0	0	0	0
Выход:		120	5	6,1	22,6	164,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,1	0	0,5	0	0	2,3	52,5	7,1	22	61	0,7	1,3	0,7	8,4
молоко	0	0,1	8,2	0	0,3	24	75,6	66	7,6	49	0,1	5,6	1,1	12
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	16,2	0,1	0	0,7	1,5	1,3	0	1,6	0	0	0,1	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	9,6	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,1	25	0,1	0,3	203	130	86	29	112	0,8	31	1,9	21

Номер рецептуры: 54-24к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа пшеничная	37,5	37,5	4,1	1,1	22,7	116,8								
молоко	78	78	2,1	1,7	3,4	37,6								
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2								
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,7								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	39	39	0	0	0	0								
Выход:		150	6,2	7,6	28,2	206,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,1	0	0,7	0	0	2,9	65,7	8,9	27	76	0,9	1,7	0,9	11
молоко	0	0,1	10,3	0	0,4	30	94,5	82	9,5	61	0,1	7,1	1,4	16
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	20,3	0,1	0	0,9	1,9	1,6	0	2	0	0	0,1	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	12	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,1	31,2	0,1	0,4	254	162	107	37	140	1	39	2,3	26

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, многократно промывают в холодной, затем в теплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой, через 1 мин. воду сливают и снова заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2-5 мин., воду сливают. Заливают кипящей водой, по расчету рецептуры, и варят до загустения. Вливают в кашу кипящее молоко, соль, сахар, продолжают варить до загустения. За 2-3 мин. до готовности в кашу вливают растопленное сливочное масло и тщательно перемешивают, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша мягкая, однородная; консистенция - жидкая, текучая, однородная; цвет - белый с кремовым оттенком; вкус и запах соответствуют наименованию каши.

КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ**Номер рецептуры: 54-25к (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа пшеничная	18	18	1,9	0,5	10,9	56
молоко	60,5	60,5	1,6	1,3	2,6	29,2
сахар-песок	3	3	0	0	2,7	10,9
масло сливочное	3	3	0	1,9	0,1	17,5
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	42	42	0	0	0	0
Выход:		120	3,5	3,8	16,3	113,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,1	0	0,3	0	0	1,4	31,5	4,3	13	36	0,4	0,8	0,4	5
молоко	0	0,1	8	0	0,3	23	73,3	64	7,4	47	0,1	5,4	1,1	12
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	8,1	0	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0	1,6	0,1	0,3	0	19	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,1	16,4	0,0	0,3	166	106	83	20	85	0,5	25	1,5	17

Номер рецептуры: 54-25к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа пшеничная	22,5	22,5	2,4	0,7	13,7	70,1
молоко	75,6	75,6	2	1,7	3,3	36,5
сахар-песок	3,8	3,8	0	0	3,4	13,7
масло сливочное	3,8	3,8	0	2,4	0,1	21,8
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	52,5	52,5	0	0	0	0
Выход:		150	4,4	4,7	20,4	142

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,1	0	0,4	0	0	1,7	39,4	5,3	16	46	0,5	1	0,5	6,3
молоко	0	0,1	10	0	0,4	29	91,6	80	9,2	59	0,1	6,8	1,3	15
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	10,1	0,1	0	0,4	0,9	0,8	0	1	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	16	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,1	20,5	0,1	0,4	207	132	104	26	106	0,6	32	1,9	22

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, многократно промывают в холодной, затем в теплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой, через 1 мин. воду сливают и снова заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2-5 мин., воду сливают. Заливают кипящей водой, по расчету рецептуры, и варят до загустения. Вливают в кашу кипящее молоко, соль, сахар, продолжают варить до загустения. За 2-3 мин. до готовности в кашу вливают растопленное сливочное масло и тщательно перемешивают, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша мягкая, однородная; консистенция - жидкая, текучая, однородная; цвет - белый с кремовым оттенком; вкус и запах соответствуют наименованию каши.

КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ

Номер рецептуры: 54-26к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа рисовая	15	15	1	0,1	10,1	45,5								
молоко	63,9	63,9	1,7	1,4	2,8	30,8								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0,1	17,5								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	45	45	0	0	0	0								
Выход:		120	2,7	3,4	14,6	100,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0	0	0	0	0	1,4	12,5	1,1	6,5	20	0,1	0,2	2	7,5
молоко	0	0,1	8,4	0	0,3	24	77,4	67	7,8	50	0,1	5,7	1,1	13
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	8,1	0	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0	1,6	0,1	0,3	0	19	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	14	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,1	16,5	0	0,3	167	90,7	85	14	71	0,2	25	3,1	20

Номер рецептуры: 54-26к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа рисовая	18,8	18,8	1,2	0,2	12,6	56,9								
молоко	79,9	79,9	2,2	1,7	3,5	38,5								
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2								
масло сливочное	3,8	3,8	0	2,4	0,1	21,8								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	56,3	56,3	0	0	0	0								
Выход:		150	3,4	4,3	18,2	125,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0	0	0	0	0	1,7	15,6	1,3	8,2	24	0,2	0,3	2,5	9,4
молоко	0	0,1	10,5	0	0,4	30	96,8	84	9,7	63	0,1	7,2	1,4	16
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	10,1	0,1	0	0,4	0,9	0,8	0	1	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	17	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,1	20,7	0,1	0,4	209	113	106	18	88	0,3	31	3,9	25

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Рисовую крупу перебирают, промывают под проточной водой. В кипящую воду добавляют соль, сахар, всыпают подготовленный рис и варят, слегка помешивая, около 20 мин. при слабом кипении, до размягчения. Добавляют горячее молоко и продолжают варить кашу при слабом кипении до загустения, затем упаривают при закрытой крышке на водяной бане. В конце варки добавляют сливочное масло и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша однородная, текучая, зерна мягкие, без комков; консистенция – жидкая, текучая; цвет – белый; вкус и запах – каши и масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ**Номер рецептуры: 54-27к (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа манная	15	15	1,4	0,1	9,7	45,5								
молоко	63,6	63,6	1,7	1,4	2,8	30,7								
сахар-песок	3	3	0	0	2,7	10,9								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0,1	17,5								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	45	45	0	0	0	0								
Выход:		120	3,2	3,4	15,2	104,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа манная	0	0	0	0	0	0,3	16,2	2,6	2,4	11	0,1	0	0	3
молоко	0	0,1	8,4	0	0,3	24	77,1	67	7,7	50	0,1	5,7	1,1	13
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	8,1	0	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	106	0	1,2	0,1	0,2	0	14	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	14	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,1	16,5	0	0,3	131	94,1	86	10	62	0,2	20	1,1	16

Номер рецептуры: 54-27к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа манная	18,8	18,8	1,8	0,2	12,1	56,9								
молоко	79,5	79,5	2,2	1,7	3,5	38,3								
сахар-песок	3,8	3,8	0	0	3,4	13,7								
масло сливочное	3,8	3,8	0	2,4	0,1	21,8								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	56,3	56,3	0	0	0	0								
Выход:		150	4	4,3	19	130,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа манная	0	0	0	0	0	0,4	20,2	3,3	2,9	14	0,2	0	0	3,8
молоко	0	0,1	10,5	0	0,4	30	96,3	84	9,7	62	0,1	7,2	1,4	16
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	10,1	0,1	0	0,4	0,9	0,8	0	1	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	132	0	1,5	0,1	0,3	0	18	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	17	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,1	20,6	0,1	0,4	163	118	107	13	77	0,3	25	1,4	20

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Молоко доводят до кипения, добавляют в него кипящую воду, йодированную соль, сахар, когда смесь закипит, быстро всыпают, при постоянном

помешивании, тонкой струей манную крупу. Варят 15 минут. Манная крупа заваривается через 20-30 сек и, если не всыпать крупу за это время, образуются комки. Сливочное масло необходимо добавить в кашу за 2 минуты до готовности и тщательно перемешать. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – зерна крупы полностью набухшие; консистенция - жидкая, каша растекается по тарелке; цвет - белый; вкус и запах - без посторонних привкусов и запахов.

КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ

Номер рецептуры: 54-28к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа рисовая	18,5	18,5	1,2	0,2	12,4	56,1								
молоко	70,8	70,8	1,9	1,6	3,1	34,1								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,5	0	14								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	34,8	34,8	0	0	0	0								
Выход:		120	3,2	3,3	17,2	110,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0	0	0	0	0	1,7	15,3	1,3	8	24	0,2	0,2	2,5	9,2
молоко	0	0,1	9,3	0	0,4	27	85,8	75	8,6	55	0,1	6,4	1,3	14
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	6,5	0	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	11	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,1	15,8	0	0,4	205	102	89	17	81	0,3	31	3,7	23

Номер рецептуры: 54-28к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа рисовая	23,1	23,1	1,5	0,2	15,6	70,1								
молоко	88,5	88,5	2,4	2	3,9	42,6								
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,5								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	43,5	43,5	0	0	0	0								
Выход:		150	4	4,1	21,5	138,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0	0	0	0	0	2,1	19,2	1,6	10	30	0,2	0,3	3,1	12
молоко	0	0,1	11,7	0	0,5	34	107	93	11	69	0,1	8	1,6	18
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	8,1	0	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,1	19,8	0	0,5	257	127	112	21	101	0,3	38	4,7	29

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Рисовую крупу перебирают, промывают под проточной водой. В кипящую воду добавляют соль, сахар, всыпают подготовленный рис и варят, слегка помешивая, около 20 мин. при слабом кипении, до размягчения. Добавляют горячее молоко и продолжают варить кашу при слабом кипении до загустения, затем упаривают при закрытой крышке на водяной бане. В конце варки добавляют сливочное масло и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша однородная, текучая, зерна мягкие, без комков; консистенция – жидкая, текучая; цвет – белый; вкус и запах – каши и масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС"

Номер рецептуры: 54-29к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Хлопья Геркулес	26,4	26,4	3,1	1,4	14,8	84,5								
Молоко	66,0	66,0	1,8	1,5	2,9	31,8								
Сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
Масло сливочное	6,0	6,0	0	3,8	0,1	34,9								
Соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
Вода	32,4	32,4	0	0	0	0								
Выход:		120	4,9	6,7	19,4	157,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Хлопья Геркулес	0,1	0	0	0	0	4,0	72,3	12,1	29,6	75,3	0,8	1,6	6,7	12
Молоко	0	0,1	8,7	0	0,3	25,1	80,0	69,7	8,0	51,7	0,1	5,9	1,1	13
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0
Масло сливочное	0	0	16,2	0,1	0	0,7	1,5	1,3	0	1,6	0	0	0,1	0,2
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0	24,0	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	10,0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,1	24,9	0,1	0,3	206	154	95,0	37,8	129	0,9	31,5	7,9	25

Номер рецептуры: 54-29к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Хлопья Геркулес	33,0	33,0	3,8	1,8	18,6	105,7
Молоко	82,5	82,5	2,3	1,8	3,6	39,8
Сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2,0	8,2
Масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,7
Соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
Вода	40,5	40,5	0	0	0	0
Выход:		150	6,1	8,4	24,3	197,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	Хлопья Геркулес	0,1	0	0	0	0	5,0	90,4	15,1	37,0	94,2	1,0	2,0	8,4
Молоко	0	0,1	10,9	0	0,4	31,4	100	87,1	10,1	64,6	0,1	7,4	1,4	17
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0
Масло сливочное	0	0	20,3	0,1	0	0,9	1,9	1,6	0	2,0	0	0	0,1	0,2
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0	30,0	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	12,5	0	0	0	0,0	0	0
Выход:	0,1	0,1	31,1	0,1	0,4	258	192	119	47,2	161	1,2	39,4	9,9	32

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу просеивают, перебирают и всыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят при слабом кипении, периодически помешивая, до загустевания. Затем вливают кипящее молоко и варят до загустевания. Кашу доводят до готовности при умеренном нагреве, плотно закрыв посуду крышкой. За 2-3 мин до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают и упаривают при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша мягкая, зерна полностью набухшие и разваренные; консистенция - густая; вкус и запах соответствуют наименованию каши.

КАША ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С ТЫКВОЙ

Номер рецептуры: 54-30к (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Крупа рисовая	23,0	23,0	1,5	0,2	15,5	70,0
Молоко	66,0	66,0	1,8	1,5	2,9	31,8
Тыква	52,5	42,0	0,4	0	1,7	8,6
Сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5
Масло сливочное	2,4	2,4	0	1,5	0	14,0
Соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
Вода	32,4	32,4	0	0	0	0
Выход:		120	9,8	4,0	83,8	410,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	Крупа рисовая	0,01	0,01	0	0	0	2,1	19,1	1,6	10	30	0,2	0,3	3,1
Молоко	0,02	0,1	8,7	0	0,3	25,1	80	69,7	8,0	51,7	0,1	5,9	1,1	13
Тыква	0,02	0,02	63,0	0	1,3	1,3	71,1	9,2	5,1	9,1	0,1	0,4	0,1	36
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0,01	0,04	0,03	0	0	0,01	0	0	0
Масло сливочное	0	0	6,5	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0,01	0	0	0,1
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,10	0,13	78,2	0,03	1,7	214	247	99,5	63,4	212	1,2	32	16,6	107

Номер рецептуры: 54-30к (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Крупа рисовая	28,8	28,8	1,9	0,2	19,4	87,5								
Молоко	82,5	82,5	2,3	1,8	3,6	39,8								
Тыква	65,6	52,5	0,5	0	2,1	10,8								
Сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2,0	8,2								
Масло сливочное	3,0	3,0	0	1,9	0	17,5								
Соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
Вода	40,5	40,5	0	0	0	0								
Выход:		150	12,2	5,0	104,7	513,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Крупа рисовая	0	0,01	0,00	0	0	2,6	24	2,0	12,5	38	0,2	0,4	3,8	14
Молоко	0,02	0,1	10,9	0	0,4	31,4	100	87,1	10,1	64,6	0,1	7,4	1,4	17
Тыква	0,02	0,02	78,8	0	1,7	1,6	88,9	11,6	6,4	11,4	0,2	0,5	0,2	45
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0,02	0,1	0,0	0	0	0,01	0	0	0
Масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0,01	0	0	0,1
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	12,5	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,13	0,17	97,7	0,04	2,1	267	309	124	79,2	265	1,5	40	20,7	134

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Рисовую крупу перебирают, промывают под проточной водой. Тыкву моют, очищают от кожицы и семян, нарезают кубиками или мелкими ломтиками кладут в кипящую воду с молоком, добавляют соль и сахар, доводят до кипения. Затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении. В конце варки добавляют сливочное масло и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы хорошо набухшие; консистенция – консистенция мягкая однородная; цвет – от кремового до желтого; запах – соответствует виду крупы и тыквы.

3.4 ГАРНИРЫ**МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ****Номер рецептуры: 54-1г (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
макаронные изделия	40,8	40,8	4,2	0,5	26,2	125,8
масло сливочное	5,4	5,4	0,1	3,4	0,08	31,7
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	244,8	244,8	0	0	0	0
Выход:		120	4,3	3,9	26,2	157,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
макаронные изделия	0,05	0,02	0	0	0	0,9	41,7	6,8	5,7	31	0,57	0,6	0	9,4
масло сливочное	0	0,01	14,7	0,07	0	0,6	1,35	1,2	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,02	14,7	0,07	0	119	43	9,3	5,8	33	0,58	17	0,05	9,5

Номер рецептуры: 54-1г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
макаронные изделия	51	51	5,3	0,6	32,7	157,2
масло сливочное	6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	306	306	0	0	0	0
Выход:		150	5,4	4,9	32,8	196,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
макаронные изделия	0,06	0,02	0	0	0	1,2	52,1	8,5	7,1	39	0,71	0,8	0	12
масло сливочное	0	0,01	18,4	0,09	0	0,8	1,69	1,4	0	1,8	0,01	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,06	0,03	18,4	0,09	0	149	53,8	12	7,2	41	0,73	21	0,06	12

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (лапшу - 20-25 минут, вермишель - 10-12 минут); проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослоек непроваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют растопленным сливочным маслом и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия 5 минут, блюдо готово к раздаче.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - макаронные изделия должны сохранить форму, увеличиться в объеме в 2-3 раза, хорошо отделяться друг от друга; цвет, вкус и запах - присущий макаронным изделиям со вкусом сливочного масла.

МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ

Номер рецептуры: 54-2г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
макаронные изделия	29,4	29,4	3,0	0,3	18,9	90,7
морковь	21	16,8	0,2	0	1	5,2
томатное пюре	7,2	7,2	0,2	0	0,8	4,1
горошек зеленый консервированный	7,5	6,6	0,2	0	0,4	2,5
укроп	0,7	0,6	0	0	0	0,2
масло сливочное	7,2	7,2	0,1	4,6	0,1	41,9
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	176,4	176,4	0	0	0	0
Выход:		120	3,8	4,9	21,2	144,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
макаронные изделия	0,04	0,01	0	0	0	0,7	30,1	4,9	4,1	22	0,41	0,4	0	6,8
морковь	0,01	0,01	202	0	0,34	2,7	27,9	4	5,6	8	0,1	0,8	0,02	9,2
томатное пюре	0	0	8,64	0	0,75	0,5	40	1,3	2,9	4,4	0,13	0	0,05	0
горошек зеленый консервированный	0,01	0	1,99	0	0,26	18	5,46	1,2	1,2	3,6	0,04	0	0,07	0
укроп	0	0	2,88	0	0,26	0,2	1,78	1,3	0,4	0,5	0,01	0	0,02	0,1
масло сливочное	0	0,01	19,4	0,1	0	0,8	1,79	1,5	0	1,9	0,02	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,06	0,02	235	0,1	1,61	141	107	15	14	41	0,71	17	0,22	16

Номер рецептуры: 54-2г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
макаронные изделия	36,8	36,8	3,8	0,4	23,6	113,4
морковь	26,2	21	0,3	0	1,3	6,5
томатное пюре	9	9	0,3	0	1	5,1
горошек зеленый консервированный	9,4	8,3	0,2	0	0,5	3,1
укроп	0,9	0,8	0	0	0	0,3
масло сливочное	9	9	0,1	5,7	0,1	52,4
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	220,5	220,5	0	0	0	0
Выход:		150	4,7	6,1	26,5	180,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
макаронные изделия	0,05	0,01	0	0	0	0,8	37,6	6,2	5,1	28	0,51	0,6	0	8,5
морковь	0,01	0,01	252	0	0,42	3,4	34,9	5	6,9	10	0,13	1,1	0,02	12
томатное пюре	0	0	10,8	0	0,94	0,7	50,1	1,6	3,6	5,5	0,16	0	0,06	0
горошек зеленый консервированный	0,01	0	2,49	0	0,33	23	6,82	1,5	1,5	4,5	0,05	0	0,09	0
укроп	0	0	3,6	0	0,32	0,3	2,22	1,6	0,5	0,7	0,01	0	0,02	0,1
масло сливочное	0	0,01	24,3	0,12	0	1	2,24	1,9	0	2,4	0,02	0	0,08	0,3
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,07	0,03	293	0,12	2,01	176	134	19	18	51	0,89	22	0,27	20

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой, пассеруют с добавлением небольшого количества воды, сливочного масла и томат-пюре 5-7 минут.

Укроп перебирают, промывают, шинкуют.

Консервированный зеленый горошек доводят до кипения в собственном отваре и откидывают.

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (лапшу - 20-25 минут, вермишель - 10-12 минут); проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослоек не проваренной муки.

Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, добавляют к ним зеленый горошек, морковь с томатным пюре, укроп, заправляют растопленным сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия 5-7 минут, охлаждают до необходимой температуры. Блюдо готово к раздаче.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: макаронные изделия должны сохранить форму, хорошо отделяться друг от друга, овощи сохраняют форму; цвет, вкус и запах - соответствует наименованию блюда.

МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ

Номер рецептуры: 54-3г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
макаронные изделия	35,7	35,7	3,7	0,4	22,9	110
сыр полутвердый	12,5	12	2,6	3,1	0	38,5
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,7
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	78,6	78,6	0	0	0	0
Выход:		120	6,3	5,4	22,9	166,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
макаронные изделия	0,04	0,01	0	0	0	0,8	36,4	6	5	27	0,5	0,5	0	8,2
сыр полутвердый	0	0,03	18,7	0,11	0,03	74	8,77	93	3,7	52	0,1	0	1,53	0
масло сливочное	0	0	8,21	0,04	0	0,3	0,76	0,6	0	0,8	0,01	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,04	26,9	0,15	0,03	193	46	101	8,7	80	0,62	17	1,55	8,3

Номер рецептуры: 54-3г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
макаронные изделия	44,6	44,6	4,6	0,5	28,6	137,5
сыр полутвердый	15,6	15	3,3	3,9	0	48,1
масло сливочное	3,8	3,8	0	2,4	0	22,1
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	98,2	98,2	0	0	0	0
Выход:		150	7,9	6,8	28,6	207,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
макаронные изделия	0,05	0,01	0	0	0	1	45,5	7,5	6,2	34	0,62	0,7	0	10
сыр полутвердый	0	0,04	23,4	0,14	0,04	92	11	116	4,6	65	0,13	0	1,91	0
масло сливочное	0	0	10,3	0,05	0	0,4	0,95	0,8	0	1	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,05	33,7	0,19	0,04	241	57,5	126	11	100	0,77	21	1,94	10

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия, натирают на терке.

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (лапшу - 20-25 минут, вермишель - 10-12 минут); проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослоек не проваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют растопленным сливочным маслом и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия 5 минут. Перед подачей посыпают сыром.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - макаронные изделия должны сохранить форму, увеличиться в объеме в 2-3 раза, хорошо отделяться друг от друга; цвет, вкус и запах - присущий макаронным изделиям со вкусом сливочного масла и сыра.

КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ**Номер рецептуры: 54-4г (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа гречневая	55,2	55,2	6,56	1,6	28,7	155,3								
масло сливочное	5,4	5,4	0,1	3,4	0,1	31,7								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	81,6	81,6	0	0	0	0								
Выход:		120	6,6	5,0	28,8	187								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа гречневая	0,17	0,09	0,66	0	0	1,3	174	9,7	96	143	3,22	1,8	2,77	13
масло сливочное	0	0,01	14,7	0,07	0	0,6	1,35	1,2	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,17	0,1	15,4	0,07	0	120	175	12	96	145	3,23	18	2,82	13

Номер рецептуры: 54-4г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа гречневая	69	69	8,2	2	35,9	194,1								
масло сливочное	6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	102	102	0	0	0	0								
Выход:		150	8,3	6,3	36	233,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа гречневая	0,21	0,11	0,83	0	0	1,6	218	12	120	179	4,02	2,3	3,46	16
масло сливочное	0	0,01	18,4	0,09	0	0,8	1,69	1,4	0	1,8	0,01	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,21	0,12	19,2	0,09	0	149	219	15	120	181	4,04	22	3,52	16

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывающие пустые зерна удаляют (ситечком) и варят до загустения, помешивая.

Когда каша делается густой, помешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или водяной бане (температура 100° С) или в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия. Затем вливают растопленное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой, уваривают еще 3-4 мин.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы полностью набухшие, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга; консистенция - рассыпчатая; цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ**Номер рецептуры: 54-5г (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа перловая	40	40	3,5	0,4	24,3	114,8								
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,06	34,9								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
вода	96	96	0	0	0	0								
Выход:		120	3,5	4,2	24,4	149,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа перловая	0,04	0,02	0	0	0	3	57	13	14	112	0,62	0	13,3	0
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,02	16,2	0,08	0	92	58,6	16	14	114	0,64	12	13,3	0,2

Номер рецептуры: 54-5г(от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа перловая	50	50	4	0	30	143								
масло сливочное	8	8	0	5	0	44								
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	0								
вода	120	120	0	0	0	0								
Выход:		150	4	5	30	187								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа перловая	0	0	0	0	0	4	71	17	17	140	1	0	17	0
масло сливочное	0	0	20	0	0	1	2	2	0	2	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	110	0	1	0	0	0	15	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	20	0	0	115	73	20	17	143	1	15	17	0

Способ термической обработки: варка.**Технология приготовления:**

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, варят 30 минут, после чего воду сливают, добавляют кипящую воду и варят до загустения при слабом кипении. Добавляют половину растопленного масла, перемешивают, закрывают крышкой и уваривают до готовности на водяной бане при температуре 100 ° С или в жарочном шкафу при температуре 140 градусов Цельсия, затем взрыхляют, добавляют оставшееся растопленное сливочное масло, проваривают еще 5 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - крупинки легко отделяются друг от друга, полностью проварены, но не деформированы; консистенция - рассыпчатая; цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

РИС ОТВАРНОЙ

Номер рецептуры: 54-6г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа рисовая	43,2	43,2	2,9	0,4	29,1	131,1
масло сливочное	5,4	5,4	0,1	3,4	0,1	31,7
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	259,2	259,2	0	0	0	0
Выход:		120	3	3,8	29,2	162,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0,02	0,02	0	0	0	3,9	35,9	3	19	56	0,38	0,6	5,74	22
масло сливочное	0	0,01	14,7	0,07	0	0,6	1,35	1,2	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,02	14,7	0,07	0	122	37,2	5,5	19	58	0,39	17	5,79	22

Номер рецептуры: 54-6г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа рисовая	54	54	3,6	0,5	36,4	163,9
масло сливочное	6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	324	324	0	0	0	0
Выход:		150	3,7	4,8	36,5	203,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0,03	0,02	0	0	0	4,9	44,8	3,8	23	70	0,47	0,8	7,18	27
масло сливочное	0	0,01	18,4	0,09	0	0,8	1,69	1,4	0	1,8	0,01	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,03	18,4	0,09	0	153	46,6	6,9	24	73	0,49	21	7,24	27

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Рис перебирают, промывают в теплой воде несколько раз меняя воду.

Подготовленную крупу всыпают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают воде стечь. Рис перекладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют горячим сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия 5-7 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, не деформированные, не слипшиеся; консистенция - мягкая; вкус: не допускается вкус подгорелой каши; запах: не допускается запах подгорелой каши.

РИС ПРИПУЩЕННЫЙ

Номер рецептуры: 54-7г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа рисовая	41,4	41,4	2,7	0,4	27,9	125,8
масло сливочное	5,4	5,4	0,1	3,4	0,1	31,7
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	211,1	211,1	0	0	0	0
Выход:		120	2,8	3,8	28	157,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0,02	0,02	0	0	0	3,8	34,4	2,9	18	54	0,36	0,6	5,5	21
масло сливочное	0	0,01	14,7	0,07	0	0,6	1,35	1,2	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,02	14,7	0,07	0	122	35,8	5,4	18	56	0,38	17	5,55	21

Номер рецептуры: 54-7г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа рисовая	51,8	51,8	3,4	0,5	34,9	157,3
масло сливочное	6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	263,9	263,9	0	0	0	0
Выход:		150	3,5	4,8	35	196,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0,03	0,02	0	0	0	4,7	43	3,7	23	68	0,45	0,7	6,88	26
масло сливочное	0	0,01	18,4	0,09	0	0,8	1,69	1,4	0	1,8	0,01	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,03	18,4	0,09	0	153	44,7	6,7	23	70	0,47	21	6,94	26

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Рис перебирают, промывают в теплой воде несколько раз меняя воду.

Подготовленную крупу всыпают в кипящую подсоленную воду. Варят периодически помешивая, при слабом кипении до загустения. Затем вводят растопленное сливочное масло и уваривают до готовности на водяной бане или в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия при закрытой крышке 5-7 мин., взрыхляют поварской иглой.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, не деформированные, не слипшиеся; консистенция - мягкая; вкус и запах – соответствует наименованию блюда.

КАПУСТА ТУШЕНАЯ

Номер рецептуры: 54-8г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	142,4	126	2,2	0,1	5,4	31,1
лук репчатый	8,2	7,2	0,1	0	0,6	2,6
морковь	6	4,8	0,1	0	0,3	1,4
томатное пюре	9,6	9,6	0,3	0	1	5,4
петрушка (зелень)	2,7	2,4	0,1	0	0,2	1
масло сливочное	5,4	5,4	0,1	3,4	0,1	31,7
сахар-песок	3,6	3,6	0	0	3,3	13
мука пшеничная высший сорт	1,4	1,4	0,2	0	0,9	4,4
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	163,8	163,8	0	0	0	0
Выход:		120	3	3,5	11,7	90,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,02	0,04	2,26	0	22,7	12	314	53	18	34	0,66	3,8	0,34	13
лук репчатый	0	0	0	0	0,29	0,2	10,5	2	0,9	3,6	0,05	0,2	0,03	2,2
морковь	0	0	57,6	0	0,1	0,8	7,97	1,1	1,6	2,3	0,03	0,2	0,01	2,6
томатное пюре	0	0	11,5	0	1	0,7	53,4	1,7	3,8	5,8	0,17	0	0,06	0
петрушка (зелень)	0	0	13,7	0	1,44	0,6	15,9	5,2	1,8	2	0,04	0,1	0	5,5
масло сливочное	0	0,01	14,7	0,07	0	0,6	1,35	1,2	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,09	0,1	0	0	0,01	0	0	0
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,46	0,2	0,2	1,1	0,02	0	0,08	0,3
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,05	99,8	0,07	25,5	133	404	66	26	51	0,98	20	0,56	23

Ном

ер рецептуры: 54-8г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	178	157,5	2,7	0,1	6,7	38,9
лук репчатый	10,2	9	0,1	0	0,7	3,3
морковь	7,5	6	0,1	0	0,4	1,8
томатное пюре	12	12	0,4	0	1,3	6,8
петрушка (зелень)	3,4	3	0,1	0	0,2	1,3
масло сливочное	6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6
сахар-песок	4,5	4,5	0	0	4,1	16,3
мука пшеничная высший сорт	1,8	1,8	0,2	0	1,1	5,5
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	204,8	204,8	0	0	0	0
Выход:		150	3,7	4,4	14,6	113,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,03	0,05	2,83	0	28,4	16	392	67	22	42	0,82	4,7	0,42	16
лук репчатый	0	0	0	0	0,36	0,3	13,1	2,5	1,1	4,5	0,06	0,3	0,04	2,8
морковь	0	0	72	0	0,12	1	9,96	1,4	2	2,9	0,04	0,3	0,01	3,3
томатное пюре	0	0	14,4	0	1,25	0,9	66,7	2,1	4,8	7,3	0,21	0	0,07	0
петрушка (зелень)	0	0	17,1	0	1,8	0,8	19,9	6,5	2,2	2,5	0,05	0,1	0	6,9
масло сливочное	0	0,01	18,4	0,09	0	0,8	1,69	1,4	0	1,8	0,01	0	0,06	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,11	0,1	0	0	0,01	0	0	0
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,82	0,3	0,3	1,4	0,02	0	0,1	0,4
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,06	125	0,09	31,9	166	506	82	32	63	1,23	25	0,7	29

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду, растопленное сливочное масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассерованные, нарезанные соломкой морковь, сырую петрушку, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат с томатом-пюре до готовности 40-45 минут. За 10 минут до конца тушения капусту заправляют йодированной солью, сахаром, подсушенной мукой, растертой со сливочным маслом и разведенной в небольшом количестве воды.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки овощей одинаковой формы и размера; консистенция - мягкая, сочная, у капусты допускается упругая; вкус - кисло-сладкий; запах - присутствующий входящим в состав продуктам.

РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ

Номер рецептуры: 54-9г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	52,2	38,4	0,7	0,2	5,7	26,9
капуста белокочанная	30	24	0,4	0	1	5,9
репа (или брюква)	24	19,2	0,2	0	1,1	5,6
морковь	24	19,2	0,2	0	1,2	5,9
лук репчатый	12	9,6	0,2	0	0,7	3,5
сметана	18	18	0,4	2,4	0,6	25,5
мука пшеничная высший сорт	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,8
масло сливочное	0,9	0,9	0	0,6	0	5,3
масло подсолнечное	3,2	3,2	0	2,8	0	25,3
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	19,7	19,7	0	0	0	0
Выход:		120	2,2	5,9	10,9	106,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,03	0,02	0,69	0	3,07	1,5	181	3,4	7,7	19	0,3	1,9	0,09	12
капуста белокочанная	0,01	0,01	0,43	0	4,32	2,4	59,8	10	3,3	6,5	0,13	0,7	0,06	2,4
репа (или брюква)	0,01	0,01	1,96	0	1,54	2,5	37,9	8,3	2,8	5,7	0,15	0,1	0,12	2,3
морковь	0,01	0,01	230	0	0,38	3,1	31,9	4,6	6,3	9,2	0,12	1	0,02	11
лук репчатый	0	0	0	0	0,38	0,3	13,9	2,6	1,2	4,8	0,06	0,3	0,04	3
сметана	0	0,02	11,6	0	0,03	5,5	17,3	14	1,4	9,4	0,03	1,6	0,06	2,5
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	0,91	0,1	0,1	0,7	0,01	0	0,05	0,2
масло сливочное	0	0	2,44	0,01	0	0,1	0,22	0,2	0	0,2	0	0	0,01	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	120	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,06	0,06	247	0,01	9,73	135	343	45	23	56	0,82	22	0,45	33

Номер рецептуры: 54-9г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	65,3	48	0,9	0,2	7,1	33,6
капуста белокочанная	37,5	30	0,5	0	1,3	7,4
репа (или брюква)	30	24	0,3	0	1,4	7
морковь	30	24	0,3	0	1,5	7,4
лук репчатый	15	12	0,2	0	0,9	4,4
сметана	22,5	22,5	0,5	3	0,7	31,9
мука пшеничная высший сорт	1,1	1,1	0,1	0	0,7	3,5
масло сливочное	1,1	1,1	0	0,7	0	6,6
масло подсолнечное	4	4	0	3,5	0	31,6
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	24,6	24,6	0	0	0	0
Выход:		150	2,8	7,4	13,6	133,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,04	0,03	0,86	0	3,84	1,8	226	4,2	9,6	24	0,38	2,4	0,11	14
капуста белокочанная	0,01	0,01	0,54	0	5,4	3	74,7	13	4,2	8,1	0,16	0,9	0,08	3
репа (или брюква)	0,01	0,01	2,45	0	1,92	3,1	47,4	10	3,6	7,1	0,19	0,1	0,15	2,9
морковь	0,01	0,01	288	0	0,48	3,8	39,8	5,7	7,9	11	0,15	1,2	0,02	13
лук репчатый	0	0	0	0	0,48	0,4	17,4	3,3	1,5	6,1	0,08	0,4	0,05	3,7
сметана	0	0,02	14,5	0	0,04	6,8	21,7	17	1,8	12	0,04	2	0,08	3,2
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,14	0,2	0,2	0,9	0,01	0	0,06	0,3
масло сливочное	0	0	3,05	0,01	0	0,1	0,28	0,2	0	0,3	0	0	0,01	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	150	0,04	1,7	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,07	0,08	309	0,01	12,2	169	429	56	29	70	1,02	27	0,56	41

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту нарезают шашками, припускают в половине масла, указанного в технологии.

Морковь перебирают, промывают, нарезают на кубики, припускают в оставшемся масле.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, измельчают, бланшируют.

Репу моют, очищают, нарезают кубиками, затем бланшируют.

Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают кубиками, бланшируют.

Соус: муку подсушивают при температуре 110-120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов, растирают со сливочным маслом, вливают 1/4 горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшуюся воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения, соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут.

В подготовленную посуду закладывают припущенную морковь, капусту, бланшированный лук, картофель, репу, заливают сметанным соусом и тушат 15-20 минут, добавляют соль и доводят до готовности.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки овощей одинаковой формы и величины, форма нарезки сохранена, допускается, что часть картофеля разварена; консистенция - мягкая сочная; вкус и запах – соответствуют наименованию блюда.

КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ

Номер рецептуры: 54-10г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	145,3	106,8	2	0,4	15,8	74,8								
молоко	36	36	1	0,8	1,6	17,4								
мука пшеничная высший сорт	6	6	0,6	0,1	3,8	18,3								
масло подсолнечное	3,6	3,6	0	3,2	0	28,5								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Выход:		120	3,6	4,5	21,3	139								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,1	0,06	1,92	0	8,54	4,1	503	9,4	21	54	0,84	5,3	0,25	32
молоко	0,01	0,04	4,75	0	0,18	14	43,6	38	4,4	28	0,03	3,2	0,63	7,2
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,1	6,07	1	0,8	4,5	0,06	0,1	0,32	1,3
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
Выход:	0,11	0,1	6,67	0	8,73	136	553	50	27	87	0,94	25	1,2	41

Номер рецептуры: 54-10г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	181,6	133,5	2,5	0,5	19,8	93,5
молоко	45	45	1,2	1	2	21,7
мука пшеничная высший сорт	7,5	7,5	0,8	0,1	4,8	22,9
масло подсолнечное	4,5	4,5	0	4	0	35,6
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
Выход:		150	4,5	5,6	26,6	173,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	картофель	0,12	0,07	2,4	0	10,7	5,1	629	12	27	67	1,05	6,7	0,31
молоко	0,01	0,05	5,94	0	0,23	17	54,5	48	5,5	35	0,04	4,1	0,79	9
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,2	7,59	1,2	1	5,6	0,08	0,1	0,4	1,7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
Выход:	0,14	0,12	8,34	0	10,9	169	692	62	33	109	1,18	31	1,5	51

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают дольками или крупными кубиками, заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до полуготовности. Затем отвар сливают, добавляют горячее молоко (35 г.), варят до готовности.

Для приготовления мучной пассеровки необходимо всыпать муку в предварительно растопленное масло и пассеровать при температуре 120 градусов С до приобретения светло-желтого цвета.

Разведенную молоком холодную мучную пассеровку добавляют в картофель, и, помешивая, доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – форма нарезки картофеля должна сохраниться; консистенция - рыхлая, картофель частично разварен; вкус и запах - отварного картофеля и кипяченого молока.

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ**Номер рецептуры: 54-11г (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	137,1	100,8	1,9	0,3	15	70,6
молоко	19,2	19,2	0,6	0,4	0,8	9,3
масло сливочное	5,4	5,4	0,1	3,4	0,1	31,7
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
Выход:		120	2,6	4,2	15,8	111,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,09	0,06	1,82	0	8,06	3,8	475	8,9	20	51	0,79	5	0,24	30
молоко	0,01	0,02	2,54	0	0,1	7,3	23,3	20	2,3	15	0,02	1,7	0,34	3,8
масло сливочное	0	0,01	14,7	0,07	0	0,6	1,35	1,2	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
Выход:	0,1	0,09	19	0,07	8,16	129	500	32	23	68	0,82	23	0,62	34

Номер рецептуры: 54-11г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	171,4	126	2,4	0,4	18,7	88,2
молоко	24	24	0,7	0,5	1	11,6
масло сливочное	6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
Выход:		150	3,2	5,2	19,8	139,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,11	0,07	2,27	0	10,1	4,8	594	11	25	64	0,99	6,3	0,3	38
молоко	0,01	0,03	3,17	0	0,12	9,1	29,1	25	2,9	19	0,02	2,2	0,42	4,8
масло сливочное	0	0,01	18,4	0,09	0	0,8	1,69	1,4	0	1,8	0,01	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
Выход:	0,12	0,11	23,8	0,09	10,2	162	625	39	28	84	1,03	28	0,78	43

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, крупные клубни нарезают дольками, мелкие - целиком укладывают в посуду (слоем 50 см), заливают горячей водой, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают, пропускают через протирающую машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 градусов Цельсия. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, растопленное сливочное масло. Пюре доводят до температуры 100 градусов Цельсия, постоянно помешивая, и прогревают 5-6 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса без комочков не протертого картофеля; консистенция - густая, пышная; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

КОТЛЕТЫ КАПУСТНЫЕ

Номер рецептуры: 54-12г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста белокочанная	146,7	117,3	2	0,1	5	29								
молоко	22	22	0,6	0,5	1	10,6								
яйцо куриное	16,1	14,7	1,8	1,5	0,1	20,8								
крупа манная	11	11	1,1	0,1	7,1	33,4								
мука пшеничная высший сорт	8,8	8,8	0,9	0,1	5,6	26,8								
масло сливочное	3,7	3,7	0	2,3	0	21,3								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		80,8×4												
Выход:		110	6,3	4,6	18,8	141,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,02	0,04	2,11	0	21,1	12	292	50	16	32	0,62	3,52	0,29	12
молоко	0,01	0,03	2,9	0	0,12	8,4	26,7	23	2,7	17	0,02	1,98	0,37	4,4
яйцо куриное	0,01	0,05	22,9	0,32	0	15	17	7,1	1,5	25	0,32	2,93	3,96	8,1
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,2	11,9	1,9	1,7	8,1	0,1	0	0	2,2
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,2	8,91	1,4	1,2	6,6	0,1	0,15	0,44	1,9
масло сливочное	0	0	9,9	0,05	0	0,4	0,92	0,8	0	1	0,01	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	108	0,03	1,2	0,1	0,2	0,01	14,7	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,06	0,12	37,8	0,37	21,2	144	358	85	24	89	1,16	23,2	5,06	28

Номер рецептуры: 54-12г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста белокочанная	200	160	2,7	0,1	6,8	39,5								
молоко	30	30	0,8	0,7	1,3	14,5								
яйцо куриное	22	20	2,4	2,0	0,1	28,3								
крупа манная	15	15	1,5	0,1	9,6	45,5								
мука пшеничная высший сорт	12	12	1,2	0,1	7,6	36,6								
масло сливочное	5	5	0,0	3,2	0,1	29,1								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		80,8×3												
Выход:		150	8,6	6,3	25,6	193,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,03	0,05	2,88	0	28,8	16	398	68	22	43	0,84	4,8	0,4	16
молоко	0,01	0,04	3,96	0	0,16	11	36,4	32	3,7	23	0,03	2,7	0,5	6
яйцо куриное	0,01	0,07	31,2	0,44	0	20	23,2	9,7	2,1	33	0,43	4	5,4	11
крупа манная	0,02	0	0	0	0	0,3	16,2	2,6	2,4	11	0,13	0	0	3
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,3	12,2	1,9	1,7	9	0,13	0,2	0,6	2,6
масло сливочное	0	0	13,5	0,07	0	0,6	1,25	1,1	0	1,3	0,01	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,08	0,16	51,5	0,51	29	196	488	116	32	122	1,58	31,7	6,9	39

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут, мелко рубят или нарезают тонкой соломкой, припускают в молоке с маслом до полуготовности, затем всыпают манную крупу и варят, помешивая 10 минут, охлаждают до 40-50 градусов.

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с капустой, добавляют соль, вымешивают и дозируют котлеты по 2-3 шт. на порцию (по 75 г.), панируют в муке и формируют.

Готовые полуфабрикаты запекают до готовности в жарочном шкафу (или пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия в течение 10 минут.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность ровная с румяной корочкой; консистенция - пышная; цвет, вкус, запах - соответствуют наименованию блюда.

ОВОЩНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПРОРОСТКАМИ ЛЮЦЕРНЫ

Номер рецептуры: 54-13г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	65,3	48	0,9	0,2	7,1	33,6								
брокколи	48	38,4	1	0,2	1,4	10,9								
перец зеленый	36	28,8	0,3	0	1,3	6,8								
молоко	24	24	0,6	0,6	1	11,6								
яйцо куриное	26,4	24	2,9	2,4	0,2	33,9								
сыр	8,7	8,4	1,8	2,2	0	27								
микروزель (проростки) люцерна	6	4,8	0,2	0	0	1								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Выход:		120	7,8	5,4	11	124,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,04	0,02	0,86	0	3,84	1,8	226	4,2	9,6	24	0,38	2,4	0,11	14
брокколи	0,02	0,03	7,14	0	13,7	9,6	101	16	7	22	0,24	5,8	0,85	0
перец зеленый	0,02	0,02	43,2	0	23	0,4	39	2	1,8	4	0,13	0	0	0,6
молоко	0,01	0,03	3,17	0	0,13	9,1	29,1	25	2,9	19	0,02	2,2	0,42	4,8
яйцо куриное	0,02	0,09	37,4	0,53	0	24	27,9	12	2,5	40	0,52	4,8	6,48	13
сыр	0	0,02	13,1	0,08	0,02	52	6,14	65	2,6	37	0,07	0	1,07	0
микروزель (проростки) люцерна	0	0,01	0,23	0	0,16	0,2	3,14	1,4	1,1	2,9	0,04	0	0,02	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
Выход:	0,1	0,23	105	0,61	40,9	215	432	127	28	149	1,41	31	8,96	33

Номер рецептуры: 54-13г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	81,6	60	1,1	0,2	8,9	42								
брокколи	60	48	1,3	0,2	1,7	13,6								
перец зеленый	45	36	0,4	0	1,6	8,5								
молоко	30	30	0,8	0,7	1,3	14,5								
яйцо куриное	33	30	3,6	3	0,2	42,4								
сыр	10,9	10,5	2,3	2,7	0	33,7								
микрорзелень (проростки) люцерна	7,5	6	0,2	0	0	1,3								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
Выход:		150	9,7	6,8	13,7	156								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,05	0,03	1,08	0	4,8	2,3	283	5,3	12	30	0,47	3	0,14	18
брокколи	0,02	0,04	8,93	0	17,1	12	126	20	8,8	28	0,3	7,2	1,06	0
перец зеленый	0,02	0,03	54	0	28,8	0,6	48,7	2,5	2,2	5	0,16	0	0	0,7
молоко	0,01	0,04	3,96	0	0,16	11	36,4	32	3,7	23	0,03	2,7	0,53	6
яйцо куриное	0,02	0,11	46,8	0,66	0	31	34,9	15	3,1	50	0,65	6	8,1	17
сыр	0	0,03	16,4	0,1	0,03	65	7,67	81	3,2	46	0,09	0	1,34	0
микрорзелень (проростки) люцерна	0	0,01	0,29	0	0,2	0,3	3,93	1,7	1,4	3,7	0,05	0	0,03	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
Выход:	0,12	0,29	131	0,76	51,1	269	540	158	34	186	1,76	39	11,2	41

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают на кубики 5-7 мм. Брокколи перебирают, разбирают на соцветия, промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют на кубики размером 2-3 мм. Перец перебирают, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У перцев отрезают плодоножку, далее их нарезают, очищают от семян, нарезают кубиками 5-7 мм. Обработанные овощи запекают на смазанном масле противне при 180 С. Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт., добавляют молоко, соль и проростки, перемешивают и взбивают до образования пены. На противень, предварительно смазанный маслом, вливают смесь и добавляют остывшие овощи. После разравнивания посыпают мелко натертым сыром. Запекают при температуре 160 С в течение 12 минут. Готовую запеканку нарезают на порционные куски.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность запеканки ровная, без трещин; консистенция – мягкая, сочная; вкус, цвет и запах – картофеля с овощами.

ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК

Номер рецептуры: 54-14г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Морковь	45,7	36,5	0,4	0	2,3	11,3								
Яблоко	41,3	36,5	0,1	0,1	3,3	14,7								
Вода	50	50	0	0	0	0								
Выход:		100	0,6	0,2	5,6	26								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Морковь	0,01	0,02	438	0	0,73	5,8	60,6	8,7	12	17	0,22	1,8	0	20
Яблоко	0,01	0,01	1,09	0	1,46	7,2	84,3	5,1	2,9	3,5	0,7	0,73	0,07	2,9
Вода	0	0	0	0	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,03	439	0	2,19	13	145	29	15	21	0,92	2,53	0,07	23

Номер рецептуры: 54-14г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Морковь	68,5	54,8	0,7	0,1	3,4	16,9								
Яблоко	61,9	54,8	0,21	0,2	4,89	22,1								
Вода	75,0	75,0	0	0	0	0								
Выход:		150	0,88	0,24	8,33	39								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Морковь	0,02	0,03	658	0	1,1	8,8	91	13	18	26	0,33	2,7	0	30
Яблоко	0,01	0,01	1,64	0	2,19	11	126	7,7	4,3	5,2	1,05	1,1	0,1	4,4
Вода	0	0	0	0	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,04	659	0	3,29	20	217	44	22	31	1,38	3,8	0,1	35

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Морковь перебирают, промывают, нарезают мелкими дольками.

Яблоки моют проточной водой, очищают от кожуры и сердцевин, нарезают на 4-6 частей.

Морковь и яблоки пассеруют с добавлением воды.

Морковь и яблоки соединяют, перетирают, перемешивают и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат яблок и моркови; консистенция – однородная.

КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ

Номер рецептуры: 54-15г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста цветная	162	129,6	3	0,3	5	35								
масло подсолнечное	3,6	3,6	0	3,2	0	28,5								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	120	120	0	0	0	0								
Выход:		120	3	3,5	5	63,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста цветная	0,1	0,1	2,34	0	36,3	9,8	226	30	19	58	1,58	3,92	0,72	1,3
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	37	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,1	2,34	0	36,3	128	226	68	19	58	1,58	19,9	0,72	1,3

Номер рецептуры: 54-15г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста цветная	202,5	162	3,8	0,4	6,2	43,8								
масло подсолнечное	4,5	4,5	0	4,0	0	35,6								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	150	150	0	0	0	0								
Выход:		150	3,8	4,4	6,2	79,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста цветная	0,12	0,13	2,92	0	45,4	12	282	37	24	72	1,97	4,9	0,9	1,6
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	46	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,12	0,13	2,92	0	45,4	159	282	85	24	72	1,98	24,9	0,9	1,6

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Цветную капусту перебирают, промывают проточной водой, помещают в кипящую воду и отваривают 3-5 минут. Отваренную капусту разбирают на соцветия. Подготовленную цветную капусту припускают в кипяченой воде с добавлением растительного масла. Добавляют соль и доводят до кипения.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – капуста сохраняет форму; консистенция капусты – мягкая, сочная; цвет - кремовый; вкус и запах - свойственный овощам и растительному маслу.

КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: 54-16г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа пшеничная	46,8	46,8	5	1,4	28,3	145,8								
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	82,8	82,8	0	0	0	0								
Выход:		120	5,1	5,2	28,4	180,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,14	0,02	0,84	0	0	3,6	82	11	34	95	1,1	2,1	1,11	13
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,5	1,3	0	1,6	0,01	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,14	0,02	17	0,08	0	122	83,5	14	34	97	1,11	18	1,17	13

Номер рецептуры: 54-16г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа пшеничная	58,5	58,5	6,3	1,7	35,4	182,2								
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,6								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	103,5	103,5	0	0	0	0								
Выход:		150	6,4	6,5	35,5	225,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа пшеничная	0,18	0,02	1,05	0	0	4,5	102	14	42	119	1,37	2,6	1,39	16
масло сливочное	0	0,01	20,3	0,1	0	0,9	1,87	1,6	0	2	0,01	0	0,07	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,18	0,03	21,3	0,1	0	152	104	17	42	121	1,39	23	1,46	17

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, варят 30 минут, после чего воду сливают, добавляют кипящую воду и варят до загустения при слабом кипении. Добавляют половину растопленного масла, перемешивают, закрывают крышкой и уваривают до готовности на водяной бане при температуре 100 С или в жарочном шкафу при температуре 140 градусов Цельсия, затем взрыхляют, добавляют оставшееся растопленное сливочное масло, проваривают еще 5 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - крупинки легко отделяются друг от друга, полностью проварены, но не деформированы; консистенция - рассыпчатая; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

ФАСОЛЬ ОТВАРНАЯ**Номер рецептуры: 54-17г (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
фасоль	58,2	58,2	11,5	1	24,9	154,9								
петрушка (зелень)	2,7	2,4	0,1	0	0,2	1								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	144	144	0	0	0	0								
Выход:		120	11,6	1	25	155,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
фасоль	0,21	0,08	0	0	0	18	532	77	52	243	2,99	7	12,8	26
петрушка (зелень)	0	0	13,7	0	1,44	0,6	15,9	5,2	1,8	2	0,04	0,1	0	5,5
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,21	0,08	13,7	0	1,44	136	548	83	54	245	3,04	23	12,8	31

Номер рецептуры: 54-17г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
фасоль	72,8	72,8	14,4	1,3	31,1	193,6								
петрушка (зелень)	3,4	3	0,1	0	0,2	1,3								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		150	14,5	1,3	31,3	194,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
фасоль	0,26	0,1	0	0	0	22	665	96	65	304	3,74	8,8	16	32
петрушка (зелень)	0	0	17,1	0	1,8	0,8	19,9	6,5	2,2	2,5	0,05	0,1	0	6,9
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,26	0,1	17,1	0	1,8	170	685	104	68	307	3,8	29	16	39

Способ термической обработки: варка.**Технология приготовления:**

Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Фасоль перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа.

Затем воду сливают. Перед варкой заливают холодной водой и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении. После того, как бобовые станут мягкими, варку прекращают, добавляют соль и оставляют на 15-20 минут в отваре, затем отвар сливают.

Перед отпуском бобовые посыпают рубленой зеленью.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – однородная масса; вкус - в меру соленая, без посторонних привкусов; запах – без посторонних запахов.

МАКАРОНЫ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: 54-18г (от 1 до 3 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
макаронные изделия безглютеновые	42	42	3	1	27	126								
масло подсолнечное	4	4	0	4	0	32								
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	0								
вода	247	247	0	0	0	0								
Выход:		120	3	4	27	158								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
макаронные изделия безглютеновые	0,12	0,04	8,24	0	0	56	8,63	2,6	2,2	8,7	0,22	0	0	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,12	0,04	8,24	0	0	174	8,66	3,9	2,2	9	0,22	16	0	0

Номер рецептуры: 54-18г (от 3 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
макаронные изделия безглютеновые	52	52	3,5	0,7	34,3	157,5								
масло подсолнечное	5	5	0	4,4	0	39,6								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	309	309	0	0	0	0								
Выход:		150	3,5	5,1	34,3	197,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
макаронные изделия безглютеновые	0,15	0,05	10,3	0	0	70	10,8	3,2	2,7	11	0,27	0	0	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,15	0,05	10,3	0	0	217	10,8	4,8	2,8	11	0,28	20	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (лапшу - 20-25 минут, вермишель - 10-12 минут); проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослоек не проваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют растительным маслом и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия 5 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - макаронные изделия должны сохранить форму, увеличиться в объеме в 2-3 раза, хорошо отделяться друг от друга; вкус и запах - присущие макаронным изделиям со вкусом масла.

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ ТУШЕНАЯ

Номер рецептуры: 54-19г (от 1 до 3 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста белокочанная	154	123,2	2,1	0,1	5,3	30,4								
морковь	10	8	0,1	0	0,5	2,5								
томат	8	6,4	0,1	0	0,2	1,3								
лук репчатый	8	6,4	0,1	0	0,5	2,3								
масло подсолнечное	24	24	0	21,1	0	189,9								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	120	120	0	0	0	0								
Выход:		120	2,3	21,2	6,5	226,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,02	0,04	2,22	0	22,2	12	307	52	17	33	0,64	3,7	0,33	12
морковь	0	0,01	96	0	0,16	1,3	13,3	1,9	2,6	3,8	0,05	0,4	0,01	4,4
томат	0	0	5,1	0	0,64	0,1	15,4	0,8	1,1	1,4	0,05	0,1	0,02	1,3
лук репчатый	0	0	0	0	0,26	0,2	9,3	1,7	0,8	3,2	0,05	0,2	0,03	2
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,05	103	0	23,2	131	345	58	22	42	0,79	20	0,39	20

Номер рецептуры: 54-19г (от 3 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста белокочанная	192,5	154	2,6	0,1	6,6	38								
морковь	12,5	10	0,1	0	0,6	3,1								
томат	10	8	0,1	0	0,3	1,6								
лук репчатый	10	8	0,1	0	0,6	2,9								
масло подсолнечное	30	30	0	26,4	0	237,4								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	150	150	0	0	0	0								
Выход:		150	2,9	26,5	8,1	283								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,03	0,05	2,77	0	27,7	15	383	65	21	42	0,8	4,6	0,41	15
морковь	0	0,01	120	0	0,2	1,6	16,6	2,4	3,3	4,8	0,06	0,5	0,01	5,5
томат	0	0	6,38	0	0,8	0,2	19,3	1	1,4	1,8	0,06	0,2	0,03	1,6
лук репчатый	0	0	0	0	0,32	0,2	11,6	2,2	1	4	0,06	0,2	0,04	2,5
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,06	129	0	29	164	431	72	27	53	0,99	26	0,49	25

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Помидоры перебирают, промывают проточной водой не менее 5 минут, вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками.

Морковь и лук пассеруют с добавлением воды.

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду, растительное масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассерованные, нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат с томатом до готовности 40-45 минут. За 10 минут до конца тушения капусту заправляют солью.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки овощей одинаковой формы и размера; консистенция - мягкая, сочная, у капусты допускается упругая; вкус и запах - присущие входящим в состав продуктам.

ОВОЩНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПРОРОСТКАМИ ЛЮЦЕРНЫ**Номер рецептуры: 54-20г (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	65,3	48	0,9	0,2	7,1	33,6
брокколи	48	38,4	1	0,2	1,4	10,9
перец зеленый	36	28,8	0,3	0	1,3	6,8
молоко	24	24	0,6	0,6	1	11,6
яйцо куриное	26,4	24	2,9	2,4	0,2	33,9
сыр	8,7	8,4	1,8	2,2	0	27
микрозелень (проростки) люцерна	6	4,8	0,2	0	0	1
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
Выход:		120	7,8	5,4	11	124,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0	0	0,9	0	3,8	1,8	226	4,2	9,6	24	0,4	2,4	0,1	14
брокколи	0	0	7,1	0	13,7	9,6	101	16	7	22	0,2	5,8	0,8	0
перец зеленый	0	0	43,2	0	23	0,4	39	2	1,8	4	0,1	0	0	0,6
молоко	0	0	3,2	0	0,1	9,1	29,1	25	2,9	19	0	2,2	0,4	4,8
яйцо куриное	0	0,1	37,4	0,5	0	24	27,9	12	2,5	40	0,5	4,8	6,5	13
сыр	0	0	13,1	0,1	0	52	6,1	65	2,6	37	0,1	0	1,1	0
микрорзелень (проростки) люцерны	0	0	0,2	0	0,2	0,2	3,1	1,4	1,1	2,9	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0	1,3	0,1	0,3	0	16	0	0
Выход:	0,1	0,2	105	0,6	40,9	215	432	127	28	149	1,4	31,1	9	33

Номер рецептуры: 54-20г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	81,6	60	1,1	0,2	8,9	42
брокколи	60	48	1,3	0,2	1,7	13,6
перец зеленый	45	36	0,4	0	1,6	8,5
молоко	30	30	0,8	0,7	1,3	14,5
яйцо куриное	33	30	3,6	3	0,2	42,4
сыр	10,9	10,5	2,3	2,7	0	33,7
микрорзелень (проростки) люцерны	7,5	6	0,2	0	0	1,3
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
Выход:		150	9,7	6,8	13,7	156

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,05	0,03	1,08	0	4,8	2,3	283	5,3	12	30	0,47	3	0,14	18
брокколи	0,02	0,04	8,93	0	17,1	12	126	20	8,8	28	0,3	7,2	1,06	0
перец зеленый	0,02	0,03	54	0	28,8	0,6	48,7	2,5	2,2	5	0,16	0	0	0,7
молоко	0,01	0,04	3,96	0	0,16	11	36,4	32	3,7	23	0,03	2,7	0,53	6
яйцо куриное	0,02	0,11	46,8	0,66	0	31	34,9	15	3,1	50	0,65	6	8,1	17
сыр	0	0,03	16,4	0,1	0,03	65	7,67	81	3,2	46	0,09	0	1,34	0
микрорзелень (проростки) люцерны	0	0,01	0,29	0	0,2	0,3	3,93	1,7	1,4	3,7	0,05	0	0,03	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
Выход:	0,12	0,29	131	0,76	51,1	269	540	158	34	186	1,76	39	11,2	41

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают на кубики 5-7 мм. Брокколи перебирают, разбирают на соцветия, промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют на кубики размером 2-3 мм. Перец перебирают, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У перцев отрезают плодоножку, далее их нарезают, очищают от семян, нарезают кубиками 5-7 мм. Обработанные овощи запекают на смазанном маслом противне при 180 С. Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт., добавляют молоко, соль и проростки, перемешивают и взбивают до образования пены. На противень, предварительно смазанный маслом, вливают смесь и добавляют остывшие овощи. После

разравнивания посыпают мелко натертым сыром. Запекают при температуре 160 С в течение 12 минут. Готовую запеканку нарезают на порционные куски.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность запеканки ровная, без трещин; консистенция – мягкая, сочная; вкус, цвет и запах – картофеля с овощами.

ГОРОШНИЦА

Номер рецептуры: 54-21г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
горох	60	60	11,6	1	27	163,8								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	123,2	123,2	0	0	0	0								
Выход:		120	11,6	1	27	163,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
горох	0,35	0,07	0,72	0	0	15	435	61	56	172	3,55	3,1	6,92	18
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,35	0,07	0,72	0	0	133	435	62	56	172	3,56	19	6,92	18

Номер рецептуры: 54-21г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
горох	75	75	14,5	1,3	33,8	204,8								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	154	154	0	0	0	0								
Выход:		150	14,5	1,3	33,8	204,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
горох	0,44	0,09	0,9	0	0	19	543	76	70	215	4,44	3,8	8,65	23
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,44	0,09	0,9	0	0	166	543	78	70	215	4,45	24	8,65	23

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении 60-90 мин. Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того как горох станет целиком мягким (допускается разваривание гороха), варку прекращают, отвар сливают, добавляют йодированную соль.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: часть зерен разварена часть целая, не допускается в блюде содержание твердых зерен; консистенция: мягкая; цвет: желтый.

БУЛГУР ОТВАРНОЙ

Номер рецептуры: 54-22г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
булгур	48	48	5,5	0,6	27,7	137,9								
масло сливочное	4	4	0	2,6	0,1	23,3								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	96	96	0	0	0	0								
Выход:		120	5,5	3,1	27,8	161,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
булгур	0,07	0,04	0	0	0	6,2	163	15	68	125	1,02	0	0,97	0
масло сливочное	0	0	10,8	0,06	0	0,5	1	0,8	0	1	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,07	0,04	10,8	0,06	0	124	164	17	69	127	1,04	16	1	0,1

Номер рецептуры: 54-22г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
булгур	60	60	6,9	0,7	34,6	172,4								
масло сливочное	5	5	0	3,2	0,1	29,1								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	120	120	0	0	0	0								
Выход:		150	6,9	3,9	34,7	201,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
булгур	0,09	0,05	0	0	0	7,8	204	18	86	157	1,28	0	1,21	0
масло сливочное	0	0	13,5	0,07	0	0,6	1,25	1,1	0	1,3	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,09	0,05	13,5	0,07	0	155	205	21	86	158	1,3	20	1,25	0,1

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Булгур перебирают, промывают в теплой воде несколько раз меняя воду.

Подготовленную крупу всыпают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении до готовности.

При подаче поливают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, не деформированные, не слипшиеся; консистенция - мягкая; цвет - желтый; вкус – присущий крупе.

ТЫКВА ОТВАРНАЯ

Номер рецептуры: 54-23г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
тыква	181,5	145,2	1,4	0,1	5,8	29,8								
масло сливочное	4	4	0	2,6	0	23,3								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Выход:		120	1,4	2,7	5,9	53,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
тыква	0,06	0,07	218	0	4,64	4,4	246	32	18	32	0,5	1,4	0,4	125
масло сливочное	0	0	10,8	0,06	0	0,5	1	0,8	0	1	0,01	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
Выход:	0,06	0,07	229	0,06	4,65	123	247	34	18	33	0,52	17	0,4	125

Номер рецептуры: 54-23г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
тыква	226,9	181,5	1,71	0,16	7,27	37,3								
масло сливочное	5	5	0,04	3,19	0,06	29,1								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
Выход:		150	1,8	3,4	7,3	66,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
тыква	0,07	0,09	272	0	5,8	5,5	307	40	22	39	0,63	1,8	0,5	156
масло сливочное	0	0	13,5	0,07	0	0,6	1,25	1,1	0	1,3	0,01	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
Выход:	0,07	0,09	286	0,07	5,81	153	309	43	22	41	0,65	22	0,5	156

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Тыкву моют, очищают от кожицы и семян, нарезают кубиками и варят в подсоленной воде. При отпуске добавляют масло.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: тыква нарезана кубиками одного размера, хорошо проварена, политая маслом; консистенция: мягкая или умеренно плотная; цвет: от желтого до оранжевого; вкус: тыквы, умеренно соленый; запах: отварной тыквы, сливочного масла.

РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ

Номер рецептуры: 54-24г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	52,2	38,4	0,7	0,1	5,7	26,9
капуста белокочанная	30	24	0,4	0	1	5,9
кабачок	24	19,2	0,1	0	0,8	4,1
морковь	24	19,2	0,2	0	1,2	5,9
горошек зеленый консервированный	9,3	6	0,2	0	0,4	2,2
сметана	18	18	0,4	2,4	0,6	25,5
мука пшеничная высший сорт	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,7
масло сливочное	0,9	0,9	0	0,6	0	5,2
масло подсолнечное	4,8	4,8	0	4,2	0	38
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	19,8	19,8	0	0	0	0
Выход:		120	2,2	7,4	10,3	116,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	картофель	0,03	0,02	0,69	0	3,07	1,5	181	3,4	7,7	19	0,3	1,9	0,08
капуста белокочанная	0,01	0,01	0,43	0	4,32	2,4	59,8	10	3,3	6,5	0,13	0,7	0,08	2,4
кабачок	0,01	0,01	0,58	0	1,15	0,3	37,9	2,5	1,5	2	0,06	0	0	0,9
морковь	0,01	0,01	230	0	0,38	3,1	31,9	4,6	6,3	9,2	0,12	1	0	11
горошек зеленый консервированный	0,01	0	1,8	0	0,24	16	4,93	1,1	1,1	3,2	0,04	0	0,08	0
сметана	0	0,02	11,6	0	0,03	5,5	17,3	14	1,4	9,4	0,03	1,6	0,08	2,5
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	0,91	0,1	0,1	0,7	0,01	0	0,08	0,2
масло сливочное	0	0	2,43	0,01	0	0,1	0,22	0,2	0	0,2	0	0	0	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	124	0,03	1,4	0,1	0,3	0,01	17	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	6,1	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,06	0,06	248	0,01	9,2	153	334	43	22	51	0,7	22	0,4	28

Номер рецептуры: 54-24г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	65,3	48	0,9	0,2	7,1	33,6
капуста белокочанная	37,5	30	0,5	0,03	1,3	7,4
кабачок	30	24	0,1	0,1	1	5,1
морковь	30	24	0,3	0,02	1,5	7,4
горошек зеленый консервированный	11,6	7,5	0,2	0,01	0,4	2,8
сметана	22,5	22,5	0,6	3,0	0,7	31,9
мука пшеничная высший сорт	1,1	1,1	0,1	0,01	0,7	3,4
масло сливочное	1,1	1,1	0,01	0,7	0,01	6,5
масло подсолнечное	6	6	0	5,3	0	47,5
соль поваренная йодированная	0,53	0,53	0	0	0	0
вода	24,8	24,8	0	0	0	0
Выход:		150	2,7	9,3	12,8	145,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,04	0,03	0,86	0	3,84	1,8	226	4,2	9,6	24	0,38	2,4	0,1	14
капуста белокочанная	0,01	0,01	0,54	0	5,4	3	74,7	13	4,2	8,1	0,16	0,9	0,1	3
кабачок	0,01	0,01	0,72	0	1,44	0,4	47,4	3,2	1,9	2,5	0,08	0	0	1,1
морковь	0,01	0,01	288	0	0,48	3,8	39,8	5,7	7,9	11	0,15	1,2	0	13
горошек зеленый консервированный	0,01	0	2,25	0	0,3	21	6,16	1,3	1,4	4,1	0,05	0	0,1	0
сметана	0	0,02	14,5	0	0,04	6,8	21,7	17	1,8	12	0,04	2	0,1	3,1
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,14	0,2	0,2	0,8	0,01	0	0,1	0,2
масло сливочное	0	0	3,04	0,01	0	0,1	0,28	0,2	0	0,3	0	0	0	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	154	0,04	1,7	0,1	0,3	0,01	21	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	7,6	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,08	0,08	310	0,01	11,5	191	418	54	27	64	0,88	28	0,5	35

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают кубиками, запекают в жарочном шкафу. Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют шашками, припускают. Кабачки моют, очищают от кожицы, нарезают кубиками. Морковь перебирают, промывают, нарезают кубиками, припускают с маслом до полуготовности, добавляют запеченный картофель, припущенную капусту, кабачки сырые, соль, зеленый горошек консервированный, припускают при закрытой крышке 10-15 минут, добавляют сметанный соус (номер технологической карты 54-1соус) и тушат в соусе еще 10-15 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: кусочки овощей одинаковой величины; консистенция: мягкая, сочная; форма нарезки сохранилась, допускается часть разварившегося картофеля; не допускается запах подгоревших и пареных овощей.

ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ

Номер рецептуры: 54-25г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
баклажан	102	81,6	0,9	0,1	3,3	17,7
картофель	58,7	43,2	0,8	0,2	6,4	30,2
томат	30	24	0,2	0	0,8	4,7
лук репчатый	17	13,6	0,2	0	1	5
петрушка (зелень)	6	4,8	0,2	0	0,3	2,2
масло сливочное	8	8	0,1	5,1	0,1	46,6
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	36	36	0	0	0	0
Выход:		120	2,4	5,4	12	106,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
баклажан	0,02	0,03	1,47	0	1,63	3,7	161	11	6,4	24	0,28	1,6	0,24	11
картофель	0,04	0,02	0,78	0	3,46	1,6	204	3,8	8,6	22	0,34	2,2	0,08	13
томат	0,01	0,01	19,2	0	2,4	0,5	57,8	3	4,2	5,4	0,18	0,5	0,08	4,8
лук репчатый	0,01	0	0	0	0,54	0,4	19,8	3,7	1,7	6,9	0,1	0,4	0,08	4,2
петрушка (зелень)	0	0	27,4	0	2,88	1,2	31,9	10	3,6	4	0,08	0,2	0	11
масло сливочное	0	0,01	21,6	0,1	0	0,9	1,99	1,7	0	2,1	0,02	0	0,08	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	11	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,08	0,07	70,4	0,1	10,9	126	476	46	25	65	1	21	0,56	45

Номер рецептуры: 54-25г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
баклажан	127,5	102	1,2	0,1	4,2	22,1
картофель	73,4	54	1,0	0,19	8,0	37,8
томат	37,5	30	0,3	0,05	1,0	5,9
лук репчатый	21,2	17	0,2	0,03	1,3	6,2
петрушка (зелень)	7,5	6	0,21	0,0	0,41	2,7
масло сливочное	10	10	0,08	6,4	0,12	58,2
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	45	45	0	0	0	0
Выход:		150	3,0	6,8	15,0	132,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
баклажан	0,03	0,04	1,84	0	2,04	4,7	201	13	8	30	0,35	2	0,3	14
картофель	0,05	0,03	0,97	0	4,32	2,1	255	4,8	11	27	0,42	2,7	0,1	16
томат	0,01	0,01	23,9	0	3	0,7	72,2	3,7	5,2	6,8	0,23	0,6	0,1	6
лук репчатый	0,01	0	0	0	0,68	0,5	24,7	4,6	2,1	8,6	0,12	0,5	0,1	5,3
петрушка (зелень)	0	0	34,2	0	3,6	1,6	39,8	13	4,4	5	0,1	0,3	0	14
масло сливочное	0	0,01	27	0,13	0	1,1	2,49	2,1	0	2,6	0,02	0	0,1	0,3
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	14	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,09	88	0,13	13,6	158	595	57	31	81	1,25	26	0,7	56

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают мелкими кубиками. Баклажаны моют, удаляют плодоножку, очищают от кожицы. Помидоры, зелень моют, мелко шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют, пассеруют на масле. После добавляют подготовленные овощи и зелень, соль и воду, тушат до готовности на слабом огне.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: форма нарезки овощей сохранена; консистенция: мягкая; цвет: розоватый; вкус: умеренно-соленый; запах: тушеных овощей.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ ПУДИНГ

Номер рецептуры: 54-26г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Яйцо куриное	13,2	12	1,4	1,2	0,1	17								
Картофель	140,3	103,2	1,9	0,4	15,3	72,2								
Мука пшеничная высший сорт	7,2	7,2	0,7	0,1	4,6	22								
Лук репчатый	16,5	13,2	0,2	0	1	4,9								
Масло сливочное	7,2	7,2	0,1	4,6	0,1	41,9								
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Выход:		120	4,3	6,3	21	158								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Яйцо куриное	0,0	0,0	18,7	0,3	0,0	12	13,9	5,8	1,3	20	0,3	2,4	3,3	6,6
Картофель	0,1	0,1	1,9	0,0	8,3	3,9	487	9,1	21	52	0,8	5,2	0,2	31
Мука пшеничная высший сорт	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	7,3	1,1	1,0	5,4	0,1	0,1	0,4	1,6
Лук репчатый	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,4	19,2	3,6	1,6	6,7	0,1	0,4	0,1	4,1
Масло сливочное	0,0	0,0	19,4	0,1	0,0	0,8	1,8	1,5	0,0	1,9	0,0	0,0	0,1	0,2
Соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	106	0,0	1,2	0,1	0,2	0,0	14,4	0,0	0,0
Выход:	0,1	0,1	40,0	0,4	8,8	123	529	22	25	86	1,3	22,5	4,1	43

Номер рецептуры: 54-26г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Яйцо куриное	16,5	15,0	1,8	2	0,1	21,2								
Картофель	175,4	129,0	2,4	0,5	19,1	90,3								
Мука пшеничная высший сорт	9	9	1	0	6	28								
Лук репчатый	20,6	17	0,2	0,0	1,2	6								
Масло сливочное	9,0	9,0	0,1	6	0,1	52,4								
Соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0								
Выход:		150	5	8	26	198								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Яйцо куриное	0,01	0,05	23,4	0,33	0	15	17,4	7,3	1,6	25	0,33	3	4,1	8,2
Картофель	0,11	0,07	2,32	0	10,3	4,9	608	11	26	65	1,01	6,5	0,3	39
Мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,2	9,11	1,4	1,3	6,7	0,09	0,1	0,5	2
Лук репчатый	0,01	0	0	0	0,66	0,5	24	4,5	2	8,3	0,11	0,5	0,1	5,1
Масло сливочное	0	0,01	24,3	0,12	0	1	2,24	1,9	0	2,4	0,02	0	0,1	0,3
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	132	0,03	1,5	0,1	0,3	0,01	18	0	0
Выход:	0,14	0,13	50	0,45	11	154	661	28	31	108	1,57	28,1	5,1	54

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Картофель перебирают, моют, чистят, протирают.

К протертой массе картофеля добавляют яичный желток, нарезанный репчатый лук, йодированную соль, просеянную и слегка просушенную муку, перемешивают. В перемешанную массу добавляют взбитый белок и выкладывают её в неглубокий противень, смазанный маслом, поверхность выравнивают,

сбрызгивают растопленным маслом сливочным и запекают при температуре 250-280 градусов Цельсия до образования поджаристой корочки на поверхности пудинга.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: имеет форму кубика или квадрата; консистенция: мягкая; цвет: бледно-желтый; вкус: нежный, свойственный компонентам блюда; запах: запеченного картофеля.

КОТЛЕТЫ КАПУСТНЫЕ

Номер рецептуры: 54-27г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	160	128	2,2	0,1	5,5	31,6
молоко	24	24	0,7	0,5	1	11,6
яйцо куриное	17,6	16	1,9	1,6	0,1	22,6
крупа манная	12	12	1,2	0,1	7,7	36,4
мука пшеничная высший сорт	9,6	9,6	1	0,1	6,1	29,3
масло сливочное	4	4	0	2,6	0	23,3
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		80,8×4				
Выход:		120	6,9	5	20,5	154,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	капуста белокочанная	0	0	2,3	0	23	13	319	54	18	35	0,7	3,8	0,3
молоко	0	0	3,2	0	0,1	9,1	29,1	25	2,9	19	0	2,2	0,4	4,8
яйцо куриное	0	0,1	25	0,4	0	16	18,6	7,7	1,7	27	0,3	3,2	4,3	8,8
крупа манная	0	0	0	0	0	0,3	12,9	2,1	1,9	8,9	0,1	0	0	2,4
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,2	9,7	1,5	1,3	7,2	0,1	0,2	0,5	2,1
масло сливочное	0	0	10,8	0,1	0	0,5	1	0,8	0	1	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0	1,3	0,1	0,3	0	16	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,1	0,1	41,2	0,4	23,2	157	390	93	26	97	1,3	25,4	5,5	31

Номер рецептуры: 54-27г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	200	160	2,7	0,1	6,8	39,5
молоко	30	30	0,8	0,7	1,3	14,5
яйцо куриное	22	20	2,4	2,0	0,1	28,3
крупа манная	15	15	1,5	0,1	9,6	45,5
мука пшеничная высший сорт	12	12	1,2	0,1	7,6	36,6
масло сливочное	5	5	0,0	3,2	0,1	29,1
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		80,8×3				
Выход:		150	8,6	6,3	25,6	193,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,03	0,05	2,88	0	28,8	16	398	68	22	43	0,84	4,8	0,4	16
молоко	0,01	0,04	3,96	0	0,16	11	36,4	32	3,7	23	0,03	2,7	0,5	6
яйцо куриное	0,01	0,07	31,2	0,44	0	20	23,2	9,7	2,1	33	0,43	4	5,4	11
крупа манная	0,02	0	0	0	0	0,3	16,2	2,6	2,4	11	0,13	0	0	3
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,3	12,2	1,9	1,7	9	0,13	0,2	0,6	2,6
масло сливочное	0	0	13,5	0,07	0	0,6	1,25	1,1	0	1,3	0,01	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
Выход:	0,08	0,16	51,5	0,51	29	196	488	116	32	122	1,58	32	6,9	39

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут, мелко рубят или нарезают тонкой соломкой, припускают в молоке с маслом до полуготовности, затем всыпают манную крупу и варят, помешивая 10 минут, охлаждают до 40-50 градусов.

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с капустой, добавляют соль, вымешивают и дозируют котлеты по 3-4 шт. на порцию (по 80 г.), панируют в муке и формуют.

Готовые полуфабрикаты запекают до готовности в жарочном шкафу (или пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия в течение 10 минут.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность ровная с румяной корочкой; консистенция - пышная; цвет, вкус, запах - соответствуют наименованию блюда.

КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЛАМИНАРИЕЙ

Номер рецептуры: 54-28г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
капуста белокочанная	128,3	102,6	1,7	0,1	4,4	25,3
лук репчатый	5,1	4,1	0,1	0	0,3	1,5
морковь	3,9	3,1	0	0	0,2	1
томатное пюре	2,9	2,9	0,1	0	0,5	2,6
ламинария листовая	1	0,9	0	0	0,6	2,6
масло подсолнечное	7,7	7,7	0	6,8	0	60,8
лавровый лист	0	0	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	48	48	0	0	0	0
Выход:		120	2	6,9	6	93,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0	0	1,8	0	18,5	10	256	43	14	28	0,5	3	0,2	10
лук репчатый	0	0	0	0	0,2	0,1	5,9	1,1	0,5	2,1	0	0,2	0	1,3
морковь	0	0	37,4	0	0,1	0,5	5,2	0,7	1	1,5	0	0,2	0	1,7
томатное пюре	0	0	3,5	0	0,3	0,2	16,0	0,5	1,2	1,8	0	0	0	0
ламинария листовая	0	0	0,1	0,1	0	30	0,9	3,9	2,8	0,3	0,1	1047	0,1	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	124	0	1,4	0,1	0,3	0	16,8	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	42,9	0,1	19	165	284	66	20	34	0,7	1067	0,3	13

Номер рецептуры: 54-28г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	160,4	128,3	2,17	0,11	5,5	31,6
лук репчатый	6,4	5,1	0,07	0,01	0,4	1,9
морковь	4,9	3,9	0,05	0	0,2	1,2
томатное пюре	3,6	3,6	0,16	0,01	0,6	3,3
ламинария листовая	1,2	1,1	0,02	0	0,8	3,3
масло подсолнечное	9,6	9,6	0	8,4	0	76
лавровый лист	0,02	0,02	0	0	0,01	0,1
соль поваренная йодированная	0,53	0,53	0	0	0	0
вода	60	60	0	0	0	0
Выход:		150	2,5	8,6	7,6	117,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,03	0,04	2,31	0	23,1	13	319	54	18	35	0,67	3,8	0,3	13
лук репчатый	0	0	0	0	0,2	0,2	7,41	1,4	0,6	2,6	0,04	0,2	0	1,6
морковь	0	0	46,8	0	0,08	0,6	6,47	0,9	1,3	1,9	0,02	0,2	0	2,1
томатное пюре	0	0	4,32	0	0,37	0,3	20	0,6	1,4	2,2	0,06	0	0	0
ламинария листовая	0	0,01	0,13	0,11	0	37	1,17	4,9	3,5	0,4	0,08	1309	0,1	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,04	0	0	0	0,09	0,2	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	154	0,04	1,7	0,1	0,3	0,01	21	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	18	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,05	53,6	0,11	23,7	206	355	82	25	42	0,89	1334	0,4	17

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Сухую ламинарию, измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением воды. Нарезанную соломкой капусту кладут в котел, добавляют воду, масло

подсолнечное, томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь и лук, лавровый лист, подготовленную ламинарию, соль и тушат до готовности.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид: кусочки овощей одинаковой формы и размера; консистенция: мягкая, сочная, у капусты допускается упругая; цвет: коричневый; вкус: кисло-сладкий; запах: присущий входящим в состав продуктам.

СВЕКЛА ТУШЕНАЯ В СМЕТАНЕ С ЛАМИНАРИЕЙ

Номер рецептуры: 54-30г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Лук репчатый	30	24	0,3	0	1,8	8,8								
Свекла	90	72	1	0,1	5,8	27,7								
Сметана	18	18	0,4	2,4	0,6	25,5								
Ламинария листовая	0,5	0,5	0	0	0,4	1,4								
Масло подсолнечное	6	6	0	5,3	0	47,5								
Лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0,1	0,3								
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Вода	15	15	0	0	0	0								
Выход:		120	1,8	7,8	8,6	111,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Лук репчатый	0	0	0	0	1	0,7	34,9	6,5	2,9	12	0,2	0,7	0,1	7,4
Свекла	0	0	0,9	0	2,9	25	172	23	14	27	0,9	5	0,4	14
Сметана	0	0	11,6	0	0	5,5	17,3	14	1,4	9,4	0	1,6	0,1	2,5
Ламинария листовая	0	0	0,1	0	0	16	0,5	2,1	1,5	0,2	0	571	0,1	0
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
Лавровый лист	0	0	0,2	0	0	0	0,5	0,9	0,1	0,1	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	124	0	1,4	0,1	0,3	0	16,8	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	4,6	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	12,7	0	3,9	171	225	53	20	49	1,2	595	0,7	24

Номер рецептуры: 54-30г (о 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Лук репчатый	37,5	30	0,4	0,1	2,2	11
Свекла	112,5	90	1,3	0,1	7,2	34,7
Сметана	22,5	22,5	0,5	3	0,7	31,9
Ламинария листовая	0,7	0,6	0	0	0,4	1,8
Масло подсолнечное	7,5	7,5	0	6,6	0	59,3
Лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,4
Соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
Вода	18,8	18,8	0	0	0	0
Выход:		150	2,2	9,7	10,7	139,1

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Лук репчатый	0	0	0	0	1,2	0,9	43,6	8,2	3,7	15	0,2	0,9	0,2	9,3
Свекла	0	0	1,1	0	3,6	31	215	29	17	34	1,1	6,3	0,5	18
Сметана	0	0	14,4	0	0	6,8	21,7	17	1,8	12	0	2	0,1	3,2
Ламинария листовая	0	0	0,1	0,1	0	20	0,6	2,7	1,9	0,2	0	714	0,1	0
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
Лавровый лист	0	0	0,3	0	0	0	0,7	1,1	0,2	0,2	0,1	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	154	0	1,7	0,1	0,3	0	21	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	5,8	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,1	15,9	0,1	4,9	214	282	66	25	61	1,5	744	0,8	30

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Сухую ламинарию измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа. Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают или запекают в жарочном шкафу до готовности, очищают от кожицы, нарезают тонкой мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, измельчают соломкой, пассеруют. Отварную очищенную свеклу нарезают соломкой, добавляют пассерованный нарезанный соломкой репчатый лук, подготовленную ламинарию, соль, специи и тушат в сметане с водой 10-15 мин.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид - ингредиенты аккуратно нарезаны; консистенция – сочная; вкус, цвет и запах - свойственные продуктам входящим в состав.

3.5 БЛЮДА ИЗ ЯИЦ И ТВОРОГА

ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ

Номер рецептуры: 54-1о (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал								
	брутто	нетто												
яйцо куриное	67,7	61,6	7,4	6,3	0,4	87								
молоко	38,5	38,5	1,1	0,9	1,7	18,6								
масло сливочное	7,7	7,7	0,1	4,9	0,1	44,8								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Выход:		100	8,5	12	2,2	150,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яйцо куриное	0,0	0,2	96,0	1,4	0,0	62,7	71,5	29,8	6,4	103	1,3	12,3	16,6	34
молоко	0,0	0,0	5,1	0,0	0,2	14,6	46,6	40,6	4,7	30,1	0,0	3,5	0,7	7,7
масло сливочное	0,0	0,0	20,8	0,1	0,0	0,9	1,9	1,6	0,0	2,0	0,0	0,0	0,1	0,2
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	91,2	0,0	1,0	0,1	0,2	0,0	12,4	0,0	0,0
Выход:	0,0	0,3	121,8	1,5	0,2	169	120	73,0	11,2	135	1,4	28,2	17,4	42

Номер рецептуры: 54-1о (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
яйцо куриное	101,6	92,3	11,0	9,4	0,6	130,5								
молоко	57,7	57,7	1,6	1,3	2,6	27,8								
масло сливочное	11,6	11,55	0,1	7,4	0,2	67,1								
соль поваренная йодированная	0,45	0,45	0	0	0	0								
Выход:		150	12,7	18	3,3	225,5								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яйцо куриное	0,05	0,32	144	2,03	0	94	107	45	9,6	154	2,01	18	24,9	51
молоко	0,02	0,07	7,61	0	0,3	22	69,9	61	7	45	0,05	5,2	1,01	12
масло сливочное	0	0,01	31,1	0,15	0	1,3	2,87	2,4	0	3	0,02	0	0,11	0,3
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	137	0,04	1,5	0,1	0,3	0,02	19	0	0
Выход:	0,06	0,4	183	2,18	0,3	254	180	110	17	203	2,1	42	26,1	63

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Затем яичную массу выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки.

Омлет можно варить на пару 25-30 мин.

Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; цвет - золотисто-желтый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ**Номер рецептуры: 54-2о (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
яйцо куриное	44	40	4,8	4,1	0,3	56,6
молоко	40	40	1,1	0,9	1,8	19,3
горошек зеленый консерв.	30	19,4	0,6	0,1	1,2	7,2
масло сливочное	3,4	3,4	0,1	2,2	0,1	19,4
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
Выход:		100	6,5	7,2	3,2	102,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яйцо куриное	0,02	0,14	62,4	0,88	0	41	46,5	19	4,2	67	0,87	8	10,8	22
молоко	0,01	0,05	5,28	0	0,21	15	48,5	42	4,9	31	0,04	3,6	0,71	8
горошек зеленый консерв.	0,02	0,01	5,8	0	0,78	53	15,9	3,4	3,5	10	0,12	0	0,22	0
масло сливочное	0	0,01	9,01	0,05	0	0,4	0,83	0,7	0	0,9	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	78	0,02	0,9	0,1	0,2	0,01	11	0	0
Выход:	0,05	0,21	82,5	0,93	0,99	187	112	67	13	110	1,04	22	11,8	30

Номер рецептуры: 54-2о (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
яйцо куриное	66	60	7,2	6,1	0,4	84,8
молоко	60	60	1,7	1,4	2,6	28,9
горошек зеленый консервированный	44,9	29,0	0,8	0,1	1,7	10,7
масло сливочное	5	5	0,1	3,2	0,1	29,1
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
Выход:		150	9,8	10,7	4,8	153,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яйцо куриное	0,03	0,21	93,6	1,32	0	61	69,7	29	6,3	100	1,31	12	16,2	33
молоко	0,02	0,08	7,92	0	0,32	23	72,7	63	7,3	47	0,05	5,4	1,06	12
горошек зеленый консервированный	0,02	0,02	8,7	0	1,16	79	23,8	5,1	5,3	16	0,18	0	0,33	0
масло сливочное	0	0,01	13,5	0,07	0	0,6	1,25	1,1	0	1,3	0,01	0	0,05	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	117	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
Выход:	0,07	0,31	124	1,39	1,48	281	168	100	19	164	1,55	33	17,6	45

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены.

Зеленый горошек консервированный доводят до кипения в отваре при открытой крышке, отвар сливают, горошек охлаждают и вводят в яичную массу.

Затем яичную массу выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки.

Омлет можно варить на пару 25-30 мин.

Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена, горошек распределен равномерно; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ**Номер рецептуры: 54-3о (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
яйцо куриное	56,8	51,6	6,2	5,2	0,4	73								
молоко	32,3	32,3	0,9	0,7	1,4	15,6								
морковь	32,3	25,8	0,3	0	1,6	8								
масло сливочное	6,5	6,5	0,1	4,1	0,1	37,6								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Выход:		100	7,4	10	3,5	134								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яйцо куриное	0,03	0,18	80,5	1,14	0	53	60	25	5,4	86	1,13	10	13,9	28
молоко	0,01	0,04	4,26	0	0,17	12	39,1	34	3,9	25	0,03	2,9	0,57	6,5
морковь	0,01	0,02	310	0	0,52	4,1	42,8	6,1	8,5	12	0,16	1,3	0,03	14
масло сливочное	0	0,01	17,4	0,09	0	0,7	1,61	1,4	0	1,7	0,01	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	76	0,02	0,8	0,1	0,2	0,01	10	0	0
Выход:	0,05	0,24	412	1,22	0,69	146	144	67	18	126	1,33	25	14,6	49

Номер рецептуры: 54-3о (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
яйцо куриное	85,2	77,4	9,2	7,8	0,5	109,4								
молоко	48,4	48,4	1,4	1,1	2,1	23,3								
морковь	48,4	38,7	0,5	0	2,4	11,9								
масло сливочное	9,7	9,7	0,1	6,2	0,2	56,3								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Выход:		150	11,1	15	5,2	201								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яйцо куриное	0,04	0,27	121	1,7	0	79	90	37	8,1	129	1,69	15	20,9	43
молоко	0,02	0,06	6,39	0	0,26	18	58,6	51	5,9	38	0,05	4,4	0,86	9,7
морковь	0,02	0,02	464	0	0,77	6,2	64,3	9,2	13	19	0,23	1,9	0,04	21
масло сливочное	0	0,01	26,1	0,13	0	1,1	2,41	2	0	2,5	0,02	0	0,08	0,3
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	115	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
Выход:	0,07	0,36	618	1,83	1,03	219	215	101	27	189	1,99	37	21,9	74

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Морковь перебирают, промывают, отваривают, отваренную морковь протирают.

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. В яичную массу добавляют морковь, перемешивают, затем выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки.

Омлет можно варить на пару 25-30 мин.

Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая, поверхность слегка зарумянена; на разрезе – оранжевый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

ОМЛЕТ С СЫРОМ

Номер рецептуры: 54-4о (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
яйцо куриное	62,9	57,2	6,8	5,8	0,4	80,8								
молоко	35,7	35,7	1	0,8	1,6	17,2								
сыр полутвердый	23,1	22,2	4,9	5,8	0	71,1								
масло сливочное	7,2	7,2	0,1	4,6	0,1	41,6								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Выход:		100	12,7	16,9	2	210,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яйцо куриное	0,03	0,2	89,1	1,26	0	58	66,4	28	6	95	1,25	11	15,4	31
молоко	0,01	0,05	4,72	0	0,19	14	43,3	38	4,4	28	0,03	3,2	0,63	7,1
сыр полутвердый	0,01	0,06	34,5	0,22	0,06	136	16,2	171	6,7	96	0,2	0	2,83	0
масло сливочное	0	0,01	19,3	0,1	0	0,8	1,78	1,5	0	1,9	0,01	0	0,07	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	84	0,02	0,9	0,1	0,2	0,01	11	0	0
Выход:	0,05	0,31	148	1,57	0,25	293	128	239	17	222	1,49	26	19	39

Номер рецептуры: 54-4о (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
яйцо куриное	94,3	85,7	10,2	8,7	0,5	121,2								
молоко	53,6	53,6	1,4	1,2	2,3	25,8								
сыр полутвердый	34,6	33,2	7,3	8,6	0	106,6								
масло сливочное	10,7	10,7	0,1	6,8	0,2	62,4								
соль поваренная йодированная	0,45	0,45	0	0	0	0								
Выход:		150	19,0	25,4	3	316,0								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яйцо куриное	0,05	0,3	134	1,88	0	87	99,6	41	8,9	143	1,87	17	23,2	47
молоко	0,02	0,07	7,07	0	0,28	20	64,9	57	6,5	42	0,05	4,8	0,95	11
сыр полутвердый	0,01	0,08	51,8	0,32	0,09	204	24,3	257	10	144	0,29	0	4,24	0
масло сливочное	0	0,01	28,9	0,14	0	1,2	2,67	2,3	0	2,8	0,02	0	0,1	0,3
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	126	0,03	1,4	0,1	0,3	0,01	17	0	0
Выход:	0,07	0,46	222	2,35	0,37	439	191	359	26	333	2,23	39	28,4	58

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия, натирают на терке.

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, добавляют тертый сыр, перемешивают и взбивают до образования пены, затем выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки.

Омлет можно варить на пару 25-30 мин.

Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

ОМЛЕТ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ И ПРОРОСТКАМИ КОЛЬРАБИ Номер рецептуры: 54-5о (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
творог	45	45	8,9	2	1,3	58,3								
крупа манная	6	6	0,6	0,1	3,9	18,2								
яйцо куриное	0,5	20	2,4	2	0,2	28,3								
проростки пшеницы	5	5	0,4	0,1	1,9	9,5								
сахар-песок	7,5	7,5	0	0	6,8	27,3								
сметана	30	30	0,8	4	1	42,5								
изюм	7,2	7	0,2	0,1	4,2	17,7								
масло подсолнечное	2,5	2,5	0	2,2	0	19,8								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
вода	18	18	0	0	0	0								
Выход:		100	13,2	10,3	19,2	221,4								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,02	0,1	8,91	0	0,09	14	41,8	65	9	86	0,16	4,1	11,9	14
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,1	6,48	1,1	0,9	4,4	0,05	0	0	1,2
яйцо куриное	0,01	0,07	31,2	0,44	0	20	23,2	9,7	2,1	33	0,44	4	5,41	11
проростки пшеницы	0,01	0,01	0	0	0,05	0,6	7,02	1,2	3,6	8,7	0,1	0	1,87	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,19	0,1	0	0	0,02	0	0	0
сметана	0,01	0,03	19,3	0	0,05	9,1	28,9	23	2,4	16	0,05	2,7	0,11	4,2
изюм	0,01	0,01	0,25	0	0	6,2	48,2	4,9	2,6	7,9	0,19	0,1	0,04	16
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,06	0,2	59,6	0,44	0,19	139	156	106	21	156	1	23	19,3	47

Номер рецептуры: 54-5о (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
творог	67,5	67,5	13,4	3	1,9	87,4								
крупа манная	9	9	0,9	0,1	5,8	27,3								
яйцо куриное	0,75	30	3,6	3	0,2	42,5								
проростки пшеницы	7,5	7,5	0,5	0,1	2,9	14,2								
сахар-песок	11,3	11,3	0	0	10,2	40,9								
сметана	45	45	1,1	5,9	1,5	63,8								
изюм	10,7	10,5	0,2	0,1	6,3	26,5								
масло подсолнечное	3,8	3,8	0	3,3	0	29,7								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	27	27	0	0	0	0								
Выход:		150	19,7	15,5	28,7	332,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,02	0,14	13,4	0	0,14	21	62,7	97	14	129	0,23	6,1	17,8	22
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,2	9,71	1,6	1,4	6,7	0,08	0	0	1,8
яйцо куриное	0,02	0,11	46,8	0,66	0	31	34,9	15	3,1	50	0,65	6	8,11	17
проростки пшеницы	0,02	0,01	0	0	0,08	0,9	10,5	1,8	5,3	13	0,14	0	2,81	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,28	0,2	0	0	0,03	0	0	0
сметана	0,01	0,04	28,9	0	0,08	14	43,3	35	3,5	23	0,08	4,1	0,16	6,3
изюм	0,02	0,01	0,38	0	0	9,3	72,3	7,4	3,8	12	0,28	0,1	0,05	25
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	132	0,03	1,5	0,1	0,3	0,02	18	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,08	0,3	89,4	0,66	0,29	208	234	159	31	235	1,5	34	28,9	71

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Капусту цветную перебирают, разбирают на соцветия, промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют, выкладывают на противень и запекают в предварительно разогретом жарочном шкафу при 160 градусах в течение 10 минут. Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт., добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. В яичную массу добавляют проростки и смешивают, чтобы смесь стала однородной, затем добавляют запеченную цветную капусту и выливают на разогретый смазанный маслом противень слоем 2,5-3,0 см, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут. Омлет можно варить на пару 25-30 мин. Перед подачей нарезают на порции.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; цвет - золотисто-желтый; вкус и запах соответствуют наименованию блюда.

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ

Номер рецептуры: 54-60 (от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
яйцо куриное	44	40	4,8	4	0,3	56,6								
Продукты	Витамины(В1,В2,С - в мг; D - в мкг)					Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яйцо куриное	0,02	0,14	62,4	0,88	0	41	46	19	4,2	67	0,87	8	10,8	22

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Яйца обрабатывают, погружают в кипящую подсоленную воду и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. После варки яйца погружают в холодную воду.

Температура подачи: 16 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - овальной формы, без трещин на поверхности; вкус свежего вареного яйца, приятный.

ОМЛЕТ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ

Номер рецептуры: 54-60 (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Молоко	30	30	0,8	0,7	1,3	14,5								
Капуста цветная	42,5	34	0,8	0,1	1,3	9,2								
Яйцо куриное	59,4	54	6,4	5,5	0,3	76,3								
Масло сливочное	5	5	0	3,2	0,1	29,1								
Соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0,0	0	0								
Выход:		100	8,1	9,4	3	129,1								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Молоко	0	0	4	0	0,2	11	36,4	32	3,7	23	0	2,7	0,5	6
Капуста цветная	0	0	0,6	0	9,5	2,6	59,3	7,8	5	15	0,4	1	0,2	0,3
Яйцо куриное	0	0,2	84,2	1,2	0	55	62,7	26	5,6	90	1,2	11	14,6	30
Масло сливочное	0	0	13,5	0,1	0	0,6	1,2	1,1	0	1,3	0	0	0,1	0,1
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	74	0	0,8	0	0,2	0	10	0	0
Выход:	0,1	0,3	102	1,3	9,7	143	160	67	14	130	1,6	24	15,4	36

Номер рецептуры: 54-60 (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Молоко	45	45	1,2	1	2	21,7
Капуста цветная	63,8	51	1,2	0,1	2	13,8
Яйцо куриное	89,1	81	9,7	8,2	0,5	114,5
Масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,6
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
Выход:		150	12,2	14,1	4,5	193,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Молоко	0	0,1	5,9	0	0,2	17	54,5	48	5,5	35	0	4	0,8	9
Капуста цветная	0	0	0,9	0	14,3	3,9	88,9	12	7,5	23	0,6	1,5	0,3	0,5
Яйцо куриное	0	0,3	126	1,8	0	82	94,1	39	8,5	135	1,8	16	21,9	45
Масло сливочное	0	0	20,3	0,1	0	0,9	1,9	1,6	0	2	0	0	0,1	0,2
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	110	0	1,2	0,1	0,2	0	15	0	0
Выход:	0,1	0,4	153	1,9	14,5	215	239	101	22	195	2,4	37	23,1	54

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Капусту цветную перебирают, разбирают на соцветия, промывают проточной водой не менее 5 минут, отваривают, мелко рубят. Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт., добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Подготовленную цветную капусту смешивают с массой омлетной, маслом сливочным растопленным. Полученную смесь выливают на смазанный маслом противень слоем 2,5-3,0 см и варят на пару в паровой коробке в течении 20-25 минут. Перед подачей нарезают на порции. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; цвет - золотисто-желтый; вкус и запах соответствуют наименованию блюда.

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА

Номер рецептуры: 54-1г (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
творог	111,6	111,6	22	4,9	3	144,5
крупа манная	7,8	7,8	0,8	0,1	5	23,5
сахар-песок	7,2	7,2	0	0	6,5	26,2
сухари панировочные	4,2	4,2	0,1	0,5	0,1	5,8
сметана	4,2	4,2	0,4	0	2,5	12,4
масло сливочное	3,5	3,2	0,4	0,3	0	4,5
яйцо куриное	4,2	4,2	0	2,6	0	24,1
соль поваренная йодированная	0,3	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0
ванилин	28,8	28,8	0	0	0	0
Выход:		120	23,7	8,5	17,3	241

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,03	0,23	22,1	0	0,22	35	104	161	22	214	0,39	10	29,4	36
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,2	8,35	1,4	1,2	5,7	0,06	0	0	1,5
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,18	0,1	0	0	0,02	0	0	0
сухари панировочные	0	0	2,66	0	0,01	1,3	3,98	3,2	0,3	2,2	0,01	0,4	0	0,6
сметана	0,01	0	0	0	0	17	6,53	1,1	1,7	4,5	0,12	0	0,88	0
масло сливочное	0	0,01	4,96	0,07	0	3,2	3,7	1,5	0,3	5,3	0,07	0,6	0,88	1,8
яйцо куриное	0	0	11,2	0,06	0	0,5	1,03	0,9	0	1,1	0,01	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	8,9	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,24	40,9	0,13	0,23	145	128	179	26	233	0,69	23	31,2	40

Номер рецептуры: 54-1г (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
творог	139,5	139,5	27,5	6,1	3,8	180,6
крупа манная	9,7	9,7	0,94	0,1	6,2	29,4
сахар-песок	9,0	9,0	0	0	8,2	32,7
сметана	5,2	5,2	0,1	0,7	0,2	7,3
сухари панировочные	5,2	5,2	0,5	0,1	3,2	15,5
яйцо куриное	4,4	4,0	0,5	0,4	0,0	5,6
масло сливочное	5,2	5,2	0,0	3,3	0,06	30,1
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
ванилин	0,01	0,01	0	0	0,01	0
вода	36	36	0	0	0	0
		150	29,7	10,7	21,7	301,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,04	0,29	27,6	0	0,28	43	130	201	28	267	0,49	13	36,8	45
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,2	10,4	1,7	1,5	7,2	0,08	0	0	1,9
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,22	0,2	0	0	0,02	0	0	0
сметана	0	0	3,32	0	0,01	1,6	4,98	4	0,4	2,7	0,01	0,5	0	0,7
сухари панировочные	0,01	0	0	0	0	21	8,16	1,4	2,1	5,6	0,15	0	1,1	0
яйцо куриное	0	0,01	6,2	0,09	0	4,1	4,62	1,9	0,4	6,6	0,09	0,8	1,1	2,2
масло сливочное	0	0	14	0,07	0	0,6	1,29	1,1	0	1,4	0,01	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	110	0,03	1,2	0,1	0,2	0,01	15	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	11	0	0	0	0	0	0
	0,06	0,3	51,1	0,16	0,29	181	159	224	32	291	0,86	29	39	50

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Творог перетирают.

В горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 минут, охлаждают.

Протертый творог смешивают с заваренной и охлажденной вязкой манной кашей.

Добавляют сырые яйца, сахар, соль.

Подготовленную массу выкладывают в смазанный сливочным маслом и посыпанный панировочными сухарями противень слоем 3-4 см.

Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия до образования корочки, затем при температуре 180-200 градусов Цельсия доводят до готовности (суммарно не менее 15 минут). Готовность блюда определяют по уплотнению структуры — запеканка легко отделяется от стенок противня.

Перед отпуском запеканку нарезают на порции.

Температура подачи: не менее 65 градусов С

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность ровная, без трещин; консистенция - упругая; поверхность - ровная; цвет - белый на разрезе; вкус и запах - творожный с ванилином.

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ

Номер рецептуры: 54-2т (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
творог	44,8	44,8	8,8	2	1,2	58								
морковь	94	75,2	0,9	0,1	4,7	23,2								
молоко	18,4	18,4	0,5	0,4	0,8	8,9								
крупа манная	12	12	1,1	0,1	7,7	36,4								
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9								
яйцо куриное	5,3	4,8	0,6	0,5	0,1	6,8								
сухари панировочные	3,2	3,2	0,4	0,1	2	9,5								
сметана	3,2	3,2	0,1	0,4	0,1	4,5								
сахар-песок	4,8	4,8	0	0	4,4	17,5								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Выход:		120	12,4	7,4	21	199,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,01	0,1	8,87	0	0,09	14	41,7	65	9	86	0,16	4	11,8	14
морковь	0,03	0,04	902	0	1,51	12	125	18	25	36	0,46	3,8	0,07	41
молоко	0,01	0,02	2,43	0	0,1	7	22,3	19	2,2	14	0,02	1,7	0,32	3,7
крупа манная	0,01	0,01	0	0	0	0,3	12,9	2,1	1,9	8,9	0,1	0	0	2,4
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
яйцо куриное	0	0,02	7,49	0,11	0	4,9	5,58	2,3	0,5	8	0,1	1	1,3	2,6
сухари панировочные	0,01	0	0	0	0	13	5,02	0,9	1,3	3,4	0,09	0	0,71	0
сметана	0	0	2,04	0	0,01	1	3,06	2,5	0,2	1,7	0,01	0,3	0,01	0,4
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,12	0,1	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
Выход:	0,07	0,19	939	0,19	1,7	141	217	112	40	160	0,96	23	14,3	65

Номер рецептуры: 54-2т (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
творог	56	56	11,0	2,5	1,5	72,5								
морковь	117,5	94,0	1,1	0,1	5,9	29,0								
молоко	23	23	0,6	0,5	1,0	11,1								
крупа манная	15	15	1,4	0,2	9,6	45,5								
масло сливочное	7,5	7,5	0,08	4,8	0,1	43,7								
яйцо куриное	6,6	6	0,8	0,6	0,1	8,5								
сухари панировочные	4	4	0,5	0,1	2,5	11,9								
сметана	4	4	0,1	0,5	0,2	5,6								
сахар-песок	6	6	0	0	5,5	21,8								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Выход:		150	15,5	9,2	26,3	249,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,02	0,12	11,1	0	0,11	17	52,1	81	11	107	0,2	5	14,8	18
морковь	0,04	0,05	1128	0	1,88	15	156	22	31	45	0,57	4,7	0,08	52
молоко	0,01	0,03	3,04	0	0,12	8,8	27,9	24	2,8	18	0,02	2,1	0,41	4,6
крупа манная	0,02	0,01	0	0	0	0,3	16,2	2,6	2,3	11	0,13	0	0	3
масло сливочное	0	0,01	20,3	0,1	0	0,9	1,87	1,6	0	2	0,02	0	0,07	0,2
яйцо куриное	0	0,02	9,36	0,14	0	6,1	6,98	2,9	0,6	10	0,13	1,2	1,62	3,3
сухари панировочные	0,01	0	0	0	0	16	6,27	1,1	1,6	4,3	0,11	0	0,89	0
сметана	0	0	2,55	0	0,01	1,2	3,83	3,1	0,3	2,1	0,01	0,4	0,02	0,6
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,15	0,1	0	0	0,02	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	110	0,03	1,2	0,1	0,2	0,01	15	0	0
Выход:	0,08	0,24	1174	0,23	2,12	176	271	140	50	200	1,2	28	17,9	81

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Творог перетирают.

Морковь перебирают, промывают, нарезают соломкой, припускают со сливочным маслом (1/3 общего количества) в молоке.

В конце припускания постепенно всыпают манную крупу и варят при помешивании 10-15 мин, затем охлаждают до температуры 40-50 градусов Цельсия и вводят протертый творог, сырые яйца, сахар, соль. Смесь перемешивают и выкладывают на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями, слоем 3,0 см. Поверхность запеканки разравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия до образования легкой корочки, затем в жарочном шкафу с температурой 160-180 градусов Цельсия (суммарно не менее 15 минут).

Готовность блюда определяют по уплотнению структуры — запеканка легко отделяется от стенок противня.

Перед отпуском запеканку нарезают на порции.

Температура подачи: не менее 65 градусов С

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность ровная, имеет неглубокую корочку, консистенция - творог и морковь - мягкие; цвет - корочка золотистая, на разрезе - розовато-белая; вкус и запах - входящих в состав продуктов.

СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ

Номер рецептуры: 54-3т (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
морковь	95,5	76,4	1	0,1	4,8	23,5
творог	27,3	27,3	5,4	1,2	0,7	35,3
молоко	16,4	16,4	0,4	0,4	0,7	7,9
яйцо куриное	12	10,9	1,3	1,1	0,1	15,4
крупа манная	5,5	5,5	0,5	0,1	3,5	16,6
сухари панировочные	4,4	4,4	0,5	0,1	2,7	13
сахар-песок	6,5	6,5	0	0	5,9	23,8
сметана	4,4	4,4	0,1	0,6	0,1	6,2
масло сливочное	3,3	3,3	0	2,1	0,1	19
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
Выход:		120	9,2	5,5	18,6	160,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,03	0,04	916	0	1,53	12	127	18	25	37	0,47	3,8	0,07	42
творог	0,01	0,05	5,4	0	0,05	8,5	25,4	39	5,5	52	0,1	2,5	7,2	8,7
молоко	0,01	0,02	2,16	0	0,08	6,2	19,8	17	2	13	0,01	1,5	0,29	3,3
яйцо куриное	0,01	0,04	17	0,24	0	11	12,7	5,3	1,1	18	0,24	2,2	2,95	6
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,1	5,89	1	0,9	4	0,05	0	0	1,1
сухари панировочные	0,01	0	0	0	0	18	6,88	1,2	1,8	4,7	0,13	0	0,97	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,16	0,1	0	0	0,02	0	0	0
сметана	0	0,01	2,8	0	0,01	1,3	4,2	3,4	0,3	2,3	0,01	0,4	0,02	0,6
масло сливочное	0	0,01	8,83	0,04	0	0,4	0,82	0,7	0	0,9	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	97	0,02	1,1	0,1	0,2	0,01	13	0	0
Выход:	0,06	0,16	953	0,28	1,67	155	203	87	37	132	1,03	24	11,5	62

Номер рецептуры: 54-3т (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
морковь	119,3	95,5	1,2	0,1	6	29,4
творог	34,1	34,1	6,8	1,5	0,9	44,1
молоко	20,5	20,5	0,5	0,5	0,9	9,8
яйцо куриное	15	13,7	1,7	1,4	0,1	19,3
крупа манная	6,8	6,8	0,7	0,1	4,4	20,7
сухари панировочные	5,5	5,5	0,6	0,1	3,4	16,3
сахар-песок	8,2	8,2	0	0	7,4	29,7
сметана	5,5	5,5	0,2	0,8	0,2	7,7
масло сливочное	4,1	4,1	0	2,6	0,1	23,8
соль поваренная йодированная	0,45	0,45	0	0	0	0
Выход:		150	11,6	6,9	23,3	200,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
морковь	0,04	0,05	1145	0	1,91	15	158	23	32	46	0,59	4,8	0,08	53
творог	0,01	0,07	6,75	0	0,07	11	31,7	49	6,8	65	0,12	3,1	9	11
молоко	0,01	0,02	2,7	0	0,11	7,8	24,8	22	2,5	16	0,02	1,8	0,36	4,1
яйцо куриное	0,01	0,05	21,3	0,3	0	14	15,8	6,6	1,4	23	0,3	2,7	3,68	7,5
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,2	7,36	1,2	1,1	5	0,06	0	0	1,4
сухари панировочные	0,01	0	0	0	0	22	8,6	1,5	2,2	5,9	0,16	0	1,21	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,1	0	0	0,02	0	0	0
сметана	0	0,01	3,5	0	0,01	1,7	5,25	4,2	0,4	2,8	0,01	0,5	0,02	0,8
масло сливочное	0	0,01	11	0,05	0	0,5	1,02	0,9	0	1,1	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	121	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	17	0	0
Выход:	0,08	0,2	1191	0,35	2,09	193	253	109	46	165	1,28	29	14,4	77

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Творог перетирают.

Морковь перебирают, промывают, пропускают через овоще-протирочную машину, припускают в молоке с маслом, в конце припускания постепенно всыпают манную крупу и варят при помешивании 10-15 мин, затем охлаждают до температуры 40-50 градусов Цельсия. Затем соединяют с протертым творогом и яичными желтками, сметаной, добавляют соль. Массу хорошо вымешивают и осторожно добавляют в нее взбитые белки. Полученную массу выкладывают в емкость, смазанную маслом (1/3 от нормы) и посыпанную сухарями, и готовят на пару 30-50 мин. Отпускают суфле, политое растопленным сливочным маслом.

Готовность блюда определяют по уплотнению структуры - суфле легко отделяется от стенок емкости.

Перед отпуском суфле нарезают на порции.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности нет трещин, держит форму; консистенция - мягкая, сочная, нежная; цвет - золотисто-оранжевый; вкус и запах - запеченных моркови и творога.

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ

Номер рецептуры: 54-4т (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
творог	81,6	81,6	16,1	3,6	2,2	105,7
яблоко	31,2	27,6	0,1	0,1	2,5	11,2
яйцо куриное	13,2	12	1,4	1,2	0,1	17
сахар-песок	4,8	4,8	0	0	4,4	17,5
сметана	4,8	4,8	0,1	0,7	0,2	6,8
сухари панировочные	4,8	4,8	0,5	0,1	2,9	14,3
масло сливочное	4,8	4,8	0,1	3,1	0,1	28
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0,1
Выход:		120	18,3	8,6	12,3	200,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	творог	0,02	0,17	16,2	0	0,16	25	75,9	118	16	156	0,28	7,3	21,5
яблоко	0,01	0,01	0,83	0	1,1	5,5	63,7	3,9	2,2	2,6	0,53	0,6	0,07	2,2
яйцо куриное	0,01	0,04	18,7	0,26	0	12	13,9	5,8	1,3	20	0,26	2,4	3,24	6,6
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,12	0,1	0	0	0,01	0	0	0
сметана	0	0,01	3,08	0	0,01	1,5	4,62	3,7	0,4	2,5	0,01	0,4	0,02	0,7
сухари панировочные	0,01	0,01	0	0	0	19	7,57	1,3	2	5,2	0,14	0	1,06	0
масло сливочное	0	0,01	13	0,06	0	0,5	1,19	1	0	1,3	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,02	0,8	0	0,2	0,01	9,6	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,23	51,8	0,32	1,27	135	167	134	22	188	1,24	20	26	36

Номер рецептуры: 54-4т (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
творог	102	102	20,1	4,5	2,8	132,1
яблоко	39	34,5	0,2	0,2	3,1	14,0
яйцо куриное	16,5	15	1,8	1,5	0,1	21,2
сахар-песок	6	6	0	0	5,5	21,8
сметана	6	6	0,2	0,8	0,2	8,5
сухари панировочные	6	6	0,6	0,1	3,7	17,9
масло сливочное	6	6	0,08	3,8	0,1	35,0
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
ванилин	0,01	0,01	0	0	0	0,1
Выход:		150	22,9	10,8	15,4	250,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	творог	0,03	0,21	20,2	0	0,2	32	94,8	147	20	195	0,35	9,2	26,9
яблоко	0,01	0,01	1,04	0	1,38	6,8	79,6	4,9	2,7	3,3	0,66	0,7	0,09	2,8
яйцо куриное	0,01	0,05	23,4	0,33	0	15	17,4	7,3	1,6	25	0,32	3	4,05	8,3
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,15	0,1	0	0	0,02	0	0	0
сметана	0	0,01	3,86	0	0,01	1,8	5,78	4,7	0,5	3,1	0,01	0,5	0,02	0,8
сухари панировочные	0,01	0,01	0	0	0	24	9,47	1,6	2,5	6,5	0,17	0	1,33	0
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,29	64,7	0,41	1,59	169	209	168	28	235	1,55	25	32,5	45

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Творог перетирают.

Яйца обрабатывают. Отделяют белки от желтков. Яичные желтки растирают с сахаром.

Яблоки моют проточной водой, очищают от кожуры и сердцевин, протирают.

Ванилин растворяют в горячей воде.

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, протертые яблоки, ванилин, растворенный в горячей воде, размягченное сливочное масло, соль. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до образования густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу (пароконвектомате) 25-35 минут при температуре 220-250 градусов Цельсия. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и нарезают на порционные куски.

Температура подачи: не менее 65 градусов С

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность подрумянена, без трещин и подгорелых мест; консистенция - однородная, нежная; цвет - на разрезе кремовый, корочка - золотисто-желтая; вкус и запах – творожно-яблочный.

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПРОРОСТКАМИ ПШЕНИЦЫ

Номер рецептуры: 54-5т (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
творог	54	54	10,7	2,4	1,5	69,9								
крупа манная	7,2	7,2	0,7	0,1	4,6	21,8								
яйцо куриное	0,6	24	2,9	2,4	0,2	34								
проростки пшеницы	6	6	0,4	0,1	2,3	11,3								
сахар-песок	9	9	0	0	8,2	32,7								
сметана	36	36	0,9	4,7	1,2	51								
изюм	8,6	8,4	0,2	0,1	5	21,2								
масло подсолнечное	3	3	0	2,6	0	23,8								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	21,6	21,6	0	0	0	0								
Выход:		120	15,8	12,4	23	265,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,02	0,11	10,7	0	0,11	17	50,2	78	11	103	0,19	4,9	14,3	17
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,2	7,77	1,3	1,1	5,3	0,06	0	0	1,4
яйцо куриное	0,01	0,08	37,4	0,53	0	24	27,9	12	2,5	40	0,52	4,8	6,49	13
проростки пшеницы	0,01	0,01	0	0	0,06	0,7	8,42	1,5	4,3	10	0,11	0	2,24	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,22	0,2	0	0	0,02	0	0	0
сметана	0,01	0,03	23,1	0	0,06	11	34,7	28	2,8	19	0,06	3,2	0,13	5
изюм	0,01	0,01	0,3	0	0	7,5	57,9	5,9	3,1	9,4	0,22	0,1	0,04	20
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	106	0,02	1,2	0,1	0,2	0,01	14	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,07	0,24	71,5	0,53	0,23	167	187	127	25	188	1,2	27	23,2	57

Номер рецептуры: 54-5т (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
творог	67,5	67,5	13,4	3	1,9	87,4								
крупа манная	9	9	0,9	0,1	5,8	27,3								
яйцо куриное	0,75	30	3,6	3	0,2	42,5								
проростки пшеницы	7,5	7,5	0,5	0,1	2,9	14,2								
сахар-песок	11,3	11,3	0	0	10,2	40,9								
сметана	45	45	1,1	5,9	1,5	63,8								
изюм	10,7	10,5	0,2	0,1	6,3	26,5								
масло подсолнечное	3,8	3,8	0	3,3	0	29,7								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	27	27	0	0	0	0								
Выход:		150	19,7	15,5	28,7	332,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,02	0,14	13,4	0	0,14	21	62,7	97	14	129	0,23	6,1	17,8	22
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,2	9,71	1,6	1,4	6,7	0,08	0	0	1,8
яйцо куриное	0,02	0,11	46,8	0,66	0	31	34,9	15	3,1	50	0,65	6	8,11	17
проростки пшеницы	0,02	0,01	0	0	0,08	0,9	10,5	1,8	5,3	13	0,14	0	2,81	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,28	0,2	0	0	0,03	0	0	0
сметана	0,01	0,04	28,9	0	0,08	14	43,3	35	3,5	23	0,08	4,1	0,16	6,3
изюм	0,02	0,01	0,38	0	0	9,3	72,3	7,4	3,8	12	0,28	0,1	0,05	25
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	132	0,03	1,5	0,1	0,3	0,02	18	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,08	0,3	89,4	0,66	0,29	208	234	159	31	235	1,5	34	28,9	71

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Творог перетирают. В горячую воду всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 минут, охлаждают. Протертый творог смешивают с заваренной и охлажденной вязкой манной кашей, сырыми яйцами, сметаной, сахаром, солью и проростками пшеницы. Массу взбивают до однородной кремовой текстуры. Изюм перебирают, промывают в воде, воду несколько раз меняют, распаривают в небольшом количестве воды. Распаренный изюм всыпают в творожную массу, перемешивают. Подготовленную массу выкладывают в смазанный сливочным маслом противень слоем 3-4 см. Поверхность массы разравнивают и блюдо запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия до образования корочки, затем при температуре 160-180 градусов Цельсия до готовности (суммарно не менее 15 минут). Готовность блюда определяют по уплотнению структуры — запеканка легко отделяется от стенок противня. Перед отпуском запеканку нарезают на порции.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность ровная, без трещин, изюм распределен равномерно; консистенция - упругая; цвет - золотистый, на разрезе – белый; вкус и запах творожный.

СЫРНИКИ**Номер рецептуры: 54-6т (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
творог	45	45	8,9	2,0	1,2	58,3
крупа манная	3,7	3,7	0,4	0,0	2,4	11,1
мука пшеничная высший сорт	3,3	3,3	0,3	0,0	2,1	10,2
яйцо куриное	1,8	1,7	0,2	0,2	0	2,4
сахар-песок	5	5	0	0	4,5	18,2
сметана	1,7	1,7	0,0	0,2	0,1	2,4
масло сливочное	0,7	0,7	0	0,4	0	3,9
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0
ванилин	0,007	0,007	0	0	0	0,03
Масса полуфабриката:		50				
Выход:		50	9,8	2,9	10,3	106,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
творог	0,01	0,09	8,91	0	0,09	14	41,8	65	9	86	0,16	4,1	11,9	14	
крупа манная	0	0	0	0	0	0,1	3,96	0,6	0,6	2,7	0,03	0	0	0,7	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	3,38	0,5	0,5	2,5	0,03	0,1	0,18	0,7	
яйцо куриное	0	0,01	2,6	0,04	0	1,7	1,94	0,8	0,2	2,8	0,04	0,3	0,45	0,9	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,12	0,1	0	0	0,01	0	0	0	
сметана	0	0	1,07	0	0	0,5	1,6	1,3	0,1	0,9	0	0,2	0,01	0,2	
масло сливочное	0	0	1,8	0,01	0	0,1	0,17	0,1	0	0,2	0	0	0,01	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	29	0,01	0,3	0	0,1	0	4	0	0	
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,02	0,1	14,4	0,05	0,09	46	53	69	10	95	0,28	8,6	12,5	17	

Номер рецептуры: 54-6т (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
творог	90	90	17,7	3,9	2,5	116,5
крупа манная	7,3	7,3	0,7	0,1	4,7	22,3
мука пшеничная высший сорт	6,7	6,7	0,7	0,1	4,3	20,3
яйцо куриное	3,7	3,3	0,4	0,3	0	4,7
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3
сметана	3,3	3,3	0,1	0,5	0,1	4,7
масло сливочное	1,3	1,3	0	0,9	0	7,7
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
ванилин	0,013	0,013	0	0	0	0,1
Масса полуфабриката:		50×2				
Выход:		100	19,6	5,7	20,7	212,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	творог	0,03	0,19	17,8	0	0,18	28	83,7	130	18	172	0,31	8,1	23,8
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,2	7,91	1,3	1,1	5,4	0,07	0	0	1,5
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,2	6,75	1,1	0,9	5	0,07	0,1	0,35	1,5
яйцо куриное	0	0,01	5,2	0,07	0	3,4	3,87	1,6	0,3	5,6	0,07	0,7	0,9	1,8
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
сметана	0	0	2,14	0	0,01	1	3,21	2,6	0,3	1,7	0,01	0,3	0,01	0,5
масло сливочное	0	0	3,6	0,02	0	0,2	0,33	0,3	0	0,3	0	0	0,01	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0,01	0,6	0	0,1	0,01	8	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,2	28,8	0,09	0,19	92	106	138	21	190	0,56	17	25	34

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Творог перетирают.

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой.

Ванилин растворяют в горячей воде.

В протертый творог добавляют манную крупу, сырые яйца, ванилин, сахар, соль.

Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика в диаметре 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке (1/2 нормы), формируют в виде круглых биточков толщиной 1,5 см, укладывают в смазанную сливочным маслом емкость. Сметану смешивают с оставшейся мукой. Полученной смесью смазывают поверхность сырников, и запекают в жарочном шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия 10-20 минут, до образования корочки, затем при температуре 180-200 градусов Цельсия доводят до готовности (суммарно не менее 20-ти минут). Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности нет трещин, держит форму; консистенция - нежная, однородно промешанная; вкус и запах - творожный.

ТВОРОЖНО-ПШЕННАЯ ЗАПЕКАНКА

Номер рецептуры: 54-7т (от 1 до 3 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
творог	32	32	6,3	1,4	0,9	41,4
крупа пшеничная	16	16	1,7	0,5	9,7	49,9
яйцо куриное	8,8	8	1	0,8	0,1	11,3
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,6	0	14
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	67,2	67,2	0	0	0	0
Выход:		120	9	4,2	10,7	116,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,01	0,07	6,33	0	0,07	10	29,7	46	6,4	61	0,11	2,9	8,44	10
крупа пшеничная	0,05	0,01	0,29	0	0	1,2	28,1	3,8	12	32	0,38	0,7	0,38	4,5
яйцо куриное	0,01	0,03	12,5	0,17	0	8,1	9,27	3,9	0,8	13	0,17	1,6	2,15	4,4
масло сливочное	0	0	6,48	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0,01	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,02	0,8	0	0,2	0,01	9,6	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,07	0,1	25,5	0,2	0,07	90	67,7	55	19	108	0,68	15	11	19

Номер рецептуры: 54-7г (от 3 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
творог	40	40	7,9	1,7	1,1	51,8
крупа пшеничная	20	20	2,2	0,6	12,2	62,4
яйцо куриное	11	10	1,2	1,0	0,1	14,1
масло сливочное	3	3	0	2,0	0	17,5
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
вода	84	84	0	0	0	0
Выход:		150	11,3	5,3	13,3	145,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,02	0,08	7,91	0	0,08	12	37,2	58	8	77	0,14	3,6	10,6	13
крупа пшеничная	0,06	0,01	0,36	0	0	1,5	35,1	4,8	14	41	0,47	0,9	0,47	5,6
яйцо куриное	0,01	0,04	15,6	0,22	0	10	11,6	4,8	1	17	0,22	2	2,69	5,5
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,75	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,08	0,13	31,9	0,26	0,08	113	84,6	69	24	135	0,85	18	13,7	24

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают в теплой воде, ошпаривают кипятком, воду сливают, закладывают в кипящую воду, варят 2 минуты, воду сливают (откидывают) и заливают кипящую воду в количестве меньшем на 15%, чем положено по рецептуре (столько воды остается в крупе после промывания).

В готовую охлажденную до 55-60 градусов Цельсия рассыпчатую кашу, добавляют протертый творог, взбитые яйца, масло сливочное и перемешивают. Подготовленную массу раскладывают на смазанный маслом противень слоем 3 см, сбрызгивают маслом и запекают 8-10 мин при температуре 250°C, затем 10-15 мин при температуре 180-200°C.

Перед отпуском запеканку нарезают на порции.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах – свойственные входящим в состав продуктам.

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ БЕЗ САХАРА

Номер рецептуры: 54-8т (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Сухари панировочные	4,8	4,8	0,5	0,1	3	14,3								
Яйцо куриное	13,2	12	1,4	1,2	0,1	17								
Творог	81,6	81,6	16,1	3,6	2,2	105,7								
Сметана	4,8	4,8	0,1	0,6	0,2	6,8								
Яблоко	38	33,6	0,1	0,1	3	13,5								
Масло сливочное	4,8	4,8	0	3,1	0,1	27,9								
Соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Ванилин	0	0	0	0	0	0,1								
Выход:		120	18,3	8,7	8,5	185,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Сухари панировочные	0,01	0	0	0	0	19	7,57	1,3	2	5,2	0,14	0	1,04	0
Яйцо куриное	0,01	0,04	18,7	0,26	0	12	13,9	5,8	1,3	20	0,26	2,4	3,28	6,6
Творог	0,02	0,17	16,2	0	0,16	25	75,9	118	16	156	0,28	7,4	21,5	26
Сметана	0	0	3,08	0	0,01	1,5	4,62	3,7	0,4	2,5	0,01	0,4	0	0,6
Яблоко	0,01	0,01	1,01	0	1,34	6,6	77,5	4,7	2,6	3,2	0,64	0,6	0,08	2,7
Масло сливочное	0	0,01	13	0,06	0	0,5	1,19	1	0	1,3	0,01	0	0,08	0,2
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,02	0,8	0	0,2	0,01	9,6	0	0
Ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,22	51,9	0,33	1,51	136	181	135	23	189	1,34	20	26	36

Номер рецептуры: 54-8т (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Сухари панировочные	6	6	0,63	0,07	3,69	17,9								
Яйцо куриное	16,5	15	1,79	1,52	0,1	21,2								
Творог	102	102	20,13	4,49	2,78	132,1								
Сметана	6	6	0,15	0,79	0,2	8,5								
Яблоко	47,5	42	0,16	0,15	3,75	16,9								
Масло сливочное	6	6	0,05	3,83	0,07	34,9								
Соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Ванилин	0,02	0,02	0	0	0,02	0,1								
Выход:		150	22,91	10,85	10,61	231,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Сухари панировочные	0,01	0	0	0	0	24	9,46	1,6	2,5	6,5	0,17	0	1,3	0
Яйцо куриное	0,01	0,05	23,4	0,33	0	15	17,4	7,3	1,6	25	0,33	3	4,1	8,2
Творог	0,03	0,21	20,2	0	0,2	32	94,8	147	20	195	0,35	9,2	26,9	33
Сметана	0	0	3,85	0	0,01	1,8	5,78	4,7	0,5	3,1	0,01	0,5	0	0,8
Яблоко	0,01	0,01	1,26	0	1,68	8,3	96,9	5,9	3,3	4	0,8	0,8	0,1	3,4
Масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,1	0,2
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
Ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,06	0,28	64,9	0,41	1,89	170	226	169	28	236	1,68	26	32,5	45

Способ термической обработки: Запекание.

Технология приготовления:

Творог перетирают.

Яйца обрабатывают. Отделяют белки от желтков.

Яблоки моют проточной водой, очищают от кожуры и сердцевин, протирают.

Ванилин растворяют в горячей воде.

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, протертые яблоки, ванилин, растворенный в горячей воде, размягченное сливочное масло, соль. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до образования густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием. Полученную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу (пароконвектомате) 25-35 минут при температуре 220-250 градусов Цельсия. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и нарезают на порционные куски. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность подрумянена, без трещин и подгорелых мест; консистенция - однородная, нежная; цвет на разрезе кремовый, корочка - золотисто-желтая; вкус и запах – творожно-яблочный.

3.6 БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

КОТЛЕТА РЫБНАЯ (ТРЕСКА)

Номер рецептуры: 54-1р (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
треска (филе)	54,2	48	7,2	0,2	0	31,2								
хлеб пшеничный	11,4	11,4	0,8	0,1	5,2	24,4								
яйцо куриное	4	3,6	0,5	0,4	0	5								
масло сливочное	1,2	1,2	0	0,7	0	7								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
вода	8,4	8,4	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		71,5												
Выход:		60	8,5	1,4	5,2	67,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
треска (филе)	0,04	0,02	2,88	0,43	0,19	20	135	11	13	88	0,2	64,8	9,67	336
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	43	8,8	2	1,4	6,4	0,11	0,36	0,6	1,7
яйцо куриное	0	0,01	5,62	0,08	0	3,7	4,19	1,7	0,4	6	0,08	0,72	0,97	2
масло сливочное	0	0	3,24	0,01	0	0,1	0,3	0,3	0	0,3	0	0	0,01	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,01	0,8	0	0,2	0,01	9,6	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,04	11,7	0,53	0,19	138	149	15	14	101	0,41	75,5	11,3	340

Номер рецептуры: 54-1р (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
треска (филе)	72,3	64	9,6	0,3	0	41,6								
хлеб пшеничный	15,2	15,2	1,1	0,2	6,9	32,5								
яйцо куриное	5,3	4,8	0,6	0,5	0	6,7								
масло сливочное	1,6	1,6	0	1	0	9,3								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
вода	11,2	11,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		95,4												
Выход:		80	11,4	1,9	6,9	90,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
треска (филе)	0,0	0,0	3,8	0,6	0,3	26,8	181	14,1	16,7	117	0,3	86,4	12,9	448
хлеб пшеничный	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	57,6	11,7	2,7	1,9	8,6	0,1	0,5	0,8	2,2
яйцо куриное	0,0	0,0	7,5	0,1	0,0	4,9	5,6	2,3	0,5	8,0	0,1	1,0	1,3	2,6
масло сливочное	0,0	0,0	4,3	0,0	0,0	0,2	0,4	0,3	0,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0
соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	94,1	0,0	1,0	0,1	0,2	0,0	12,8	0,0	0,0
вода	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:	0,1	0,0	15,6	0,7	0,3	184	198	20	19	134	0,5	101	15,0	453

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов Цельсия из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 литр.

Размороженную рыбу очищают от кожи, нарезают на куски и измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым пшеничным хлебом, добавляют соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты. Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают до готовности (20-25 минут) в духовом шкафу или пароконвектомате.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, рыхлая, сочная; цвет - белый с сероватым оттенком; вкус и запах -рыбный.

КОТЛЕТА РЫБНАЯ (ГОРБУША)

Номер рецептуры: 54-2р (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Горбуша (филе)	54,2	48	9,3	2,7	0	61,7								
Хлеб пшеничный	11,4	11,4	0,8	0,1	5,1	24,4								
Яйцо куриное	4	3,6	0,4	0,4	0	5,1								
Масло сливочное	1,2	1,2	0	0,8	0	7								
Соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Вода	8,4	8,4	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		72,8												
Выход:		60	10,5	4	5,1	98,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Горбуша (филе)	0,1	0,1	8,6	0,0	0,2	25,5	133	8,4	12,5	83,5	0,3	24,0	18,8	206
Хлеб пшеничный	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	43,2	8,8	2,0	1,4	6,4	0,1	0,4	0,6	1,7
Яйцо куриное	0,0	0,0	5,6	0,1	0,0	3,7	4,2	1,7	0,4	6,0	0,1	0,7	1,0	2,0
Масло сливочное	0,0	0,0	3,2	0,0	0,0	0,1	0,3	0,3	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,1
Соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	70,6	0,0	0,8	0,0	0,2	0,0	9,6	0,0	0,0
Вода	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:	0,1	0,1	17,5	0,1	0,2	143	147	16	14	96	0,4	34,7	20,4	210

Номер рецептуры: 54-2р (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Горбуша (филе)	72,3	64	12,3	3,7	0	82,2								
Хлеб пшеничный	15,2	15,2	1,1	0,1	6,8	32,6								
Яйцо куриное	5,3	4,8	0,6	0,5	0	6,8								
Масло сливочное	1,6	1,6	0	1	0	9,3								
Соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Вода	11,2	11,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		97,1												
Выход:		80	14	5,3	6,9	130,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Горбуша (филе)	0,1	0,1	11,5	0,0	0,2	34,0	178	11,3	16,7	111	0,3	32,0	25,1	275
Хлеб пшеничный	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	57,6	11,7	2,7	1,8	8,6	0,1	0,5	0,8	2,2
Яйцо куриное	0,0	0,0	7,5	0,1	0,0	4,9	5,6	2,3	0,5	8,0	0,1	1,0	1,3	2,6
Масло сливочное	0,0	0,0	4,3	0,0	0,0	0,2	0,4	0,3	0,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,1
Соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	94,1	0,0	1,0	0,1	0,2	0,0	12,8	0,0	0,0
Вода	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:	0,1	0,1	23,3	0,1	0,2	191	196	21	19	129	0,6	46,2	27,2	280

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов Цельсия из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 литр.

Размороженную рыбу очищают от кожи, нарезают на куски и измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым пшеничным хлебом, добавляют соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают и выбивают.

Из рыбной котлетной массы формируют котлеты.

Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают до готовности (20-25 минут) в духовом шкафу или пароконвектомате.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, рыхлая, сочная; цвет - белый с сероватым оттенком; вкус и запах -рыбный.

КОТЛЕТА РЫБНАЯ (МИНТАЙ)

Номер рецептуры: 54-3р (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Минтай (филе)	54,2	48	7,2	0,4	0	32,1
Хлеб пшеничный	11,4	11,4	0,8	0,1	5,1	24,4
Яйцо куриное	4	3,6	0,4	0,4	0	5,1
Масло сливочное	1,2	1,2	0	0,8	0	7
Соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Вода	8,4	8,4	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		72,8				
Выход:		60	8,4	1,6	5,1	68,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Минтай (филе)	0,0	0,0	2,9	0,1	0,1	14,6	167	16,9	23,0	100	0,3	72,0	6,7	336
Хлеб пшеничный	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	43,2	8,8	2,0	1,4	6,4	0,1	0,4	0,6	1,7
Яйцо куриное	0,0	0,0	5,6	0,1	0,0	3,7	4,2	1,7	0,4	6,0	0,1	0,7	1,0	2,0
Масло сливочное	0,0	0,0	3,2	0,0	0,0	0,1	0,3	0,3	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,1
Соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	70,6	0,0	0,8	0,0	0,2	0,0	9,6	0,0	0,0
Вода	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Выход:	0,0	0,1	11,7	0,2	0,1	132	181	24	25	113	0,5	82,7	8,3	340

Номер рецептуры: 54-3р (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Минтай (филе)	72,3	64	9,6	0,5	0	42,8
Хлеб пшеничный	15,2	15,2	1,1	0,1	6,8	32,6
Яйцо куриное	5,3	4,8	0,6	0,5	0	6,8
Масло сливочное	1,6	1,6	0	1	0	9,3
Соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
Вода	11,2	11,2	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		97,1				
Выход:		80	11,2	2,1	6,9	91,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Минтай (филе)	0,0	0,1	3,8	0,1	0,1	19,5	223	22,5	30,6	134	0,4	96,0	9,0	448	
Хлеб пшеничный	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	57,6	11,7	2,7	1,8	8,6	0,1	0,5	0,8	2,2	
Яйцо куриное	0,0	0,0	7,5	0,1	0,0	4,9	5,6	2,3	0,5	8,0	0,1	1,0	1,3	2,6	
Масло сливочное	0,0	0,0	4,3	0,0	0,0	0,2	0,4	0,3	0,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,1	
Соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	94,1	0,0	1,0	0,1	0,2	0,0	12,8	0,0	0,0	
Вода	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Выход:	0,1	0,1	15,6	0,3	0,1	176	241	32	33	151	0,7	110	11	453	

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов Цельсия из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 литр.

Размороженную рыбу очищают от кожи, нарезают на куски и измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым пшеничным хлебом, добавляют соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают и выбивают.

Из рыбной котлетной массы формируют котлеты.

Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают до готовности (20-25 минут) в духовом шкафу или пароконвектомате.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, рыхлая, сочная; цвет - белый с сероватым оттенком; вкус и запах - рыбный.

КОТЛЕТА РЫБНАЯ С МОРКОВЬЮ (ТРЕСКА)

Номер рецептуры: 54-4р (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
треска (филе)	45,8	40,6	6,1	0,2	0	26,3
морковь	15	12	0,1	0	0,7	3,7
яйцо куриное	6,6	6	0,7	0,6	0	8,5
молоко	6	6	0,1	0,1	0,2	2,9
лук репчатый	3	2,4	0	0	0,1	0,8
хлеб пшеничный	4,8	4,8	0,4	0	2,2	10,3
масло сливочное	2,3	2,3	0	1,4	0	13,3
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		63				
Выход:		60	7,4	2,4	3,2	65,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
треска (филе)	0,02	0,02	2,44	0,36	0,17	17	114	8,9	11	74	0,18	54,8	8,17	284	
морковь	0	0,01	144	0	0,24	1,9	19,9	2,9	4	5,7	0,07	0,6	0,01	6,6	
яйцо куриное	0	0,02	9,36	0,13	0	6,1	6,97	2,9	0,6	10	0,13	1,2	1,62	3,3	
молоко	0	0,01	0,79	0	0,04	2,3	7,27	6,3	0,7	4,7	0	0,54	0,11	1,2	
лук репчатый	0	0	0	0	0,1	0,1	3,49	0,7	0,3	1,2	0,01	0,07	0,01	0,7	
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	18	3,71	0,8	0,6	2,7	0,05	0,16	0,25	0,7	
масло сливочное	0	0	6,16	0,02	0	0,3	0,56	0,5	0	0,6	0	0	0,02	0,1	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,01	0,8	0	0,2	0,01	9,6	0	0	
Выход:	0,02	0,07	163	0,52	0,54	116	156	24	17	99	0,46	66,9	10,2	297	

Номер рецептуры: 54-4р (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
треска (филе)	61,1	54,1	8,2	0,3	0	35
морковь	20	16	0,2	0	1	5
яйцо куриное	8,8	8	1	0,8	0	11,4
молоко	8	8	0,2	0,2	0,3	3,8
лук репчатый	4	3,2	0	0	0,2	1,1
хлеб пшеничный	6,4	6,4	0,5	0	2,9	13,8
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,8
соль поваренная йодированная	0,3	0	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		84				
Выход:		80	9,9	3,2	4,3	87,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
треска (филе)	0,03	0,03	3,25	0,48	0,22	23	153	12	14	99	0,24	73	10,9	379	
морковь	0	0,02	192	0	0,32	2,6	26,6	3,8	5,3	7,7	0,1	0,8	0,02	8,8	
яйцо куриное	0	0,03	12,5	0,18	0	8,1	9,3	3,9	0,8	13	0,18	1,6	2,16	4,4	
молоко	0	0,02	1,06	0	0,05	3	9,7	8,4	1	6,3	0	0,72	0,14	1,6	
лук репчатый	0	0	0	0	0,13	0,1	4,66	0,9	0,4	1,6	0,02	0,1	0,02	1	
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	24	4,94	1,1	0,8	3,6	0,06	0,21	0,34	0,9	
масло сливочное	0	0	8,21	0,03	0	0,4	0,75	0,6	0	0,8	0	0	0,03	0,1	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	94	0,02	1	0,1	0,2	0,02	12,8	0	0	
Выход:	0,03	0,1	217	0,69	0,72	155	209	32	22	132	0,61	89,2	13,6	395	

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Морковь перебирают, промывают, очищают повторно промывают, отваривают, охлаждают, очищают от кожуры.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают повторно промывают.

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на кусочки.

Обработанные яйца взбивают. Подготовленное филе пропускают дважды через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом, вареной морковью и луком репчатым.

В рыбную массу добавляют яйцо, соль, перемешивают и формируют котлеты.

Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают в духовом шкафу или пароконвектомате до готовности (20-25 минут).

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, рыхлая, сочная; вкус и запах – рыбно-морковный.

КОТЛЕТА РЫБНАЯ С МОРКОВЬЮ (ГОРБУША)

Номер рецептуры: 54-5р (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
горбуша (филе)	54,2	48	9,2	2,8	0	61,7								
молоко	6	6	0,1	0,1	0,2	2,9								
яйцо куриное	6,6	6	0,7	0,6	0	8,5								
морковь	7,1	5,6	0,1	0	0,4	1,7								
лук репчатый	3	2,4	0	0	0,1	0,8								
хлеб пшеничный	4,8	4,8	0,4	0	2,2	10,3								
масло сливочное	2,3	2,3	0	1,4	0	13,3								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		63												
Выход:		60	10,6	4,9	2,9	99,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
горбуша (филе)	0,07	0,06	8,64	0	0,17	26	133	8,4	13	84	0,25	24	18,8	206
молоко	0	0,01	0,79	0	0,04	2,3	7,27	6,3	0,7	4,7	0	0,54	0,11	1,2
яйцо куриное	0	0,02	9,36	0,13	0	6,1	6,97	2,9	0,6	10	0,13	1,2	1,62	3,3
морковь	0	0	67,7	0	0,11	0,9	9,36	1,3	1,9	2,7	0,04	0,28	0	3,1
лук репчатый	0	0	0	0	0,1	0,1	3,49	0,7	0,3	1,2	0,01	0,07	0,01	0,7
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	18	3,71	0,8	0,6	2,7	0,05	0,16	0,25	0,7
масло сливочное	0	0	6,16	0,02	0	0,3	0,56	0,5	0	0,6	0	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,01	0,8	0	0,2	0,01	9,6	0	0
Выход:	0,07	0,1	92,6	0,16	0,41	124	165	22	17	106	0,49	35,8	20,9	215

Номер рецептуры: 54-5р (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
горбуша (филе)	72,3	64	12,3	3,7	0	82,2
молоко	8	8	0,2	0,2	0,3	3,8
яйцо куриное	8,8	8	1	0,8	0	11,4
морковь	9,4	7,5	0,2	0	0,5	2,2
лук репчатый	4	3,2	0	0	0,2	1,1
хлеб пшеничный	6,4	6,4	0,5	0	2,9	13,8
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,8
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		84				
Выход:		80	14,1	6,6	3,8	132,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
горбуша (филе)	0,1	0,08	11,5	0	0,22	34	178	11	17	111	0,34	32	25,1	275	
молоко	0	0,02	1,06	0	0,05	3	9,7	8,4	1	6,3	0	0,72	0,14	1,6	
яйцо куриное	0	0,03	12,5	0,18	0	8,1	9,3	3,9	0,8	13	0,18	1,6	2,16	4,4	
морковь	0	0	90,2	0	0,14	1,2	12,5	1,8	2,5	3,6	0,05	0,37	0	4,1	
лук репчатый	0	0	0	0	0,13	0,1	4,66	0,9	0,4	1,6	0,02	0,1	0,02	1	
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	24	4,94	1,1	0,8	3,6	0,06	0,21	0,34	0,9	
масло сливочное	0	0	8,21	0,03	0	0,4	0,75	0,6	0	0,8	0	0	0,03	0,1	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	94	0,02	1	0,1	0,2	0,02	12,8	0	0	
Выход:	0,1	0,13	124	0,21	0,54	165	220	29	22	141	0,66	47,8	27,8	287	

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, отваривают, охлаждают, очищают от кожуры.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают.

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на кусочки.

Обработанные яйца взбивают. Подготовленное филе пропускают дважды через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом, вареной морковью и луком репчатым.

В рыбную массу добавляют яйцо, соль, перемешивают и формируют котлеты.

Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают в духовом шкафу или пароконвектомате до готовности (20-25 минут).

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, рыхлая, сочная; вкус и запах – рыбно-морковный.

СУФЛЕ РЫБНОЕ (ГОРБУША)

Номер рецептуры: 54-бр (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	
Молоко	21	21	0,6	0,5	1	10,1
Мука пшеничная высший сорт	2,4	2,4	0,2	0	1,5	7,3
Горбуша (филе)	61,7	54,6	10,5	3,1	0	70,2
Яйцо куриное	13,2	12	1	1	0	17
Масло сливочное	3,6	3,6	0	2	0	21
Соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
Выход:		60	13	7,1	2,6	125,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Молоко	0,0	0,0	2,8	0,0	0,1	8,0	25	22,2	2,6	16	0,0	2	0,4	4	
Мука пшеничная высший сорт	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	2,4	0,4	0,3	1,8	0,0	0,0	0,1	0,5	
Горбуша (филе)	0,1	0,1	9,8	0,0	0,2	29,1	152	9,6	14,3	95,0	0,3	27,3	21,4	235	
Яйцо куриное	0,0	0,0	18,7	0,3	0,0	12,2	13,9	5,8	1,3	20,0	0,3	2,4	3,2	6,6	
Масло сливочное	0,0	0,0	9,7	0,1	0,0	0	0,9	0,8	0,0	0,9	0,0	0,0	0,0	0,1	
Соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	147	0,0	1,6	0,1	0,3	0,0	20,0	0,0	0,0	
Выход:	0,1	0,1	41,0	0,3	0,3	197	195	40	18	135	0,6	52	25,1	246	

Номер рецептуры: 54-бр (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Молоко	28	28	0,8	0,6	1,2	13,5
Мука пшеничная высший сорт	3,2	3,2	0,3	0	2	9,7
Горбуша (филе)	82,3	72,8	14	4,2	0	93,6
Яйцо куриное	17,6	16	1,9	1,6	0,1	22,7
Масло сливочное	4,8	4,8	0	3,1	0,1	27,9
Соль поваренная йодированная	0,7	0,7	0	0	0	0
Выход:		80	17,1	9,5	3,4	167,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Молоко	0,0	0,0	3,7	0,0	0,1	10,6	33,9	29,6	3,4	21,9	0,0	2,5	0,5	5,6	
Мука пшеничная высший сорт	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	3,2	0,5	0,4	2,4	0,0	0,0	0,1	0,7	
Горбуша (филе)	0,1	0,1	13,1	0,0	0,3	38,7	202	12,8	19,0	127	0,4	36,4	28,5	313	
Яйцо куриное	0,0	0,1	25,0	0,3	0,0	16,3	18,6	7,7	1,7	26,7	0,3	3,2	4,3	8,8	
Масло сливочное	0,0	0,0	13,0	0,1	0,0	0,5	1,2	1,0	0,0	1,3	0,0	0,0	0,0	0,1	
Соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	196	0,1	2,2	0,1	0,4	0,0	26,7	0,0	0,0	
Выход:	0,1	0,2	54,7	0,4	0,4	262	259	54	25	179	0,8	68,8	33,5	328	

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость, отделяя белки от желтков, яичные белки взбивают. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки массой 50-100 г., измельчают на мясорубке, добавляют соль (1/2 от указанной в рецептуре), перемешивают. В полученную массу добавляют густой молочный соус и желтки яиц, затем вводят взбитые яичные белки. Полученную массу раскладывают в смазанную маслом емкость и запекают 15-20 мин при температуре 220 градусов Цельсия. Для приготовления молочного соуса – муку со сливочным маслом (1/3 от указанного в рецептуре) подсушивают, добавляют горячее молоко и варят при слабом кипении 7-10 мин. помешивая, процеживают, заправляют солью (1/2 от указанной в рецептуре) и еще раз доводят до кипения.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах – рыбный.

СУФЛЕ РЫБНОЕ (ТРЕСКА)

Номер рецептуры: 54-7р (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
Молоко	21	21	0,6	0,5	1	10,1									
Мука пшеничная высший сорт	2,4	2,4	0,2	0	1,5	7,3									
Треска (филе)	59,7	52,8	7,9	0,3	0	34,3									
Яйцо куриное	13,2	12	1	1	0	17									
Масло сливочное	3,6	3,6	0	2	0	21									
Соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0									
Выход:		60	10,2	4,3	2,6	89,6									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Молоко	0,0	0,0	2,8	0,0	0,1	8,0	25	22,2	2,6	16	0,0	2	0,4	4	
Мука пшеничная высший сорт	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	2,4	0,4	0,3	1,8	0,0	0,0	0,1	0,5	
Треска (филе)	0,0	0,0	3,2	0,5	0,2	22,1	149	11,6	13,8	96,5	0,2	71,3	10,6	370	
Яйцо куриное	0,0	0,0	18,7	0,3	0,0	12,2	13,9	5,8	1,3	20,0	0,3	2,4	3,2	6,6	
Масло сливочное	0,0	0,0	9,7	0,1	0,0	0	0,9	0,8	0,0	0,9	0,0	0,0	0,0	0,1	
Соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	147	0,0	1,6	0,1	0,3	0,0	20,0	0,0	0,0	
Выход:	0,1	0,1	34,4	0,8	0,3	190	192	42	18	136	0,6	96	14	381	

Номер рецептуры: 54-7р (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
Молоко	28	28	0,8	0,6	1,2	13,5									
Мука пшеничная высший сорт	3,2	3,2	0,3	0	2	9,7									
Треска (филе)	79,6	70,4	10,6	0,4	0	45,7									
Яйцо куриное	17,6	16	1,9	1,6	0,1	22,7									
Масло сливочное	4,8	4,8	0	3,1	0,1	27,9									
Соль поваренная йодированная	0,7	0,7	0	0	0	0									
Выход:		80	13,6	5,7	3,4	119,5									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Молоко	0	0	4	0	0	11	34	30	3	22	0	3	1	6	
Мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	3	1	0	2	0	0	0	1	
Треска (филе)	0	0	4	1	0	29	199	15	18	129	0	95	14	493	
Яйцо куриное	0	0	25	0	0	16	19	8	2	27	0	3	4	9	
Масло сливочное	0	0	13	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	196	0	2	0	0	0	27	0	0	
Выход:	0	0	46	1	0	253	256	56	24	181	1	127	19	508	

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость, отделяя белки от желтков, яичные белки взбивают. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки массой 50-100 г., измельчают на мясорубке, добавляют соль (1/2 от указанной в рецептуре), перемешивают. В полученную массу добавляют густой молочный соус и желтки яиц, затем вводят взбитые яичные белки. Полученную массу раскладывают в смазанную маслом

емкость и запекают 15-20 мин при температуре 220 градусов Цельсия. Для приготовления молочного соуса – муку со сливочным маслом (1/3 от указанного в рецептуре) подсушивают, добавляют горячее молоко и варят при слабом кипении 7-10 мин. помешивая, процеживают, заправляют солью (1/2 от указанной в рецептуре) и еще раз доводят до кипения.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах – рыбный.

СУФЛЕ РЫБНОЕ (МИНТАЙ)

Номер рецептуры: 54-8р (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Молоко	21	21	0,6	0,5	0,9	10,1								
Мука пшеничная высший сорт	2,4	2,4	0,2	0	2	7,3								
Минтай (филе)	61	54	8,1	0,4	0	36,1								
Яйцо куриное	13,2	12	1,4	1,2	0,1	17								
Масло сливочное	3,6	3,6	0	2,3	0	20,9								
Соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
Выход:		60	10,3	4,4	2,6	91,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Молоко	0	0	3	0	0	8	25	22	3	16	0	2	0	4
Мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0	0	1
Минтай (филе)	0	0	3	0	0	16	188	19	26	113	0	81	8	378
Яйцо куриное	0	0	19	0	0	12	14	6	1	20	0	2	3	7
Масло сливочное	0	0	10	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0	2	0	0	0	20	0	0
Выход:	0	0	34	0	0	184	231	50	30	152	1	105	11	389

Номер рецептуры: 54-8р (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Молоко	28	28	0,8	0,6	1,2	13,5								
Мука пшеничная высший сорт	3,2	3,2	0,3	0	2	9,7								
Минтай (филе)	81,3	72	10,8	0,6	0	48,1								
Яйцо куриное	17,6	16	1,9	1,6	0,1	22,7								
Масло сливочное	4,8	4,8	0	3,1	0,1	27,9								
Соль поваренная йодированная	0,7	0,7	0	0	0	0								
Выход:		80	13,8	5,9	3,4	121,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Молоко	0	0	4	0	0	11	34	30	3	22	0	3	1	6
Мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	3	1	0	2	0	0	0	1
Минтай (филе)	0	0	4	0	0	22	251	25	34	150	1	108	10	504
Яйцо куриное	0	0	25	0	0	16	19	8	2	27	0	3	4	9
Масло сливочное	0	0	13	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	196	0	2	0	0	0	27	0	0
Выход:	0	0	46	1	0	246	308	66	40	203	1	140	15	519

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость, отделяя белки от желтков, яичные белки взбивают. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки массой 50-100 г., измельчают на мясорубке, добавляют соль (1/2 от указанной в рецептуре), перемешивают. В полученную массу добавляют густой молочный соус и желтки яиц, затем вводят взбитые яичные белки. Полученную массу раскладывают в смазанную маслом емкость и запекают 15-20 мин при температуре 220 градусов Цельсия. Для приготовления молочного соуса – муку со сливочным маслом (1/3 от указанного в рецептуре) подсушивают, добавляют горячее молоко и варят при слабом кипении 7-10 мин. помешивая, процеживают, заправляют солью (1/2 от указанной в рецептуре) и еще раз доводят до кипения.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах – рыбный.

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (ГОРБУША)**Номер рецептуры: 54-9р (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
горбуша (филе)	45,8	40,5	7,8	2,3	0	52,1								
лук репчатый	10,5	8,4	0,1	0	0,6	3,1								
хлеб пшеничный	8,4	8,4	0,6	0,1	3,8	18								
яйцо куриное	4	3,6	0,4	0,4	0	5,1								
мука пшеничная	5	5	0,5	0,1	3,2	15,4								
масло подсолнечное	4,5	4,5	0	4	0	35,6								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	12,6	12,6	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		83,8												
Выход:		60	9,5	6,8	7,6	129,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
горбуша (филе)	0,06	0,05	7,29	0,01	0,14	22	113	7,1	11	70	0,21	20,3	15,9	174
лук репчатый	0	0	0	0	0,34	0,3	12,2	2,3	1	4,2	0,06	0,23	0	2,6
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	32	6,49	1,5	1	4,7	0,08	0,3	0,45	1,2
яйцо куриное	0	0,02	5,62	0,08	0	3,7	4,19	1,7	0,4	6	0,08	0,75	0,98	2
мука пшеничная	0,01	0	0	0	0	0,1	5,09	0,8	0,7	3,8	0,05	0,08	0,3	1,1
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	3,9	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,08	0,07	12,9	0,09	0,48	278	141	20	14	90	0,5	51,6	17,6	181

Номер рецептуры: 54-9р (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
горбуша (филе)	61	54	10,41	3,09	0	69,4								
лук репчатый	14	11,2	0,15	0,02	0,84	4,1								
хлеб пшеничный	11,2	11,2	0,8	0,08	5,01	24								
яйцо куриное	5,3	4,8	0,57	0,49	0,03	6,8								
мука пшеничная	6,7	6,7	0,68	0,08	4,26	20,5								
масло подсолнечное	6	6	0	5,27	0	47,5								
соль поваренная йодированная	1	1	0	0	0	0								
вода	16,8	16,8	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		111,7												
Выход:		80	12,6	9,0	10,1	172,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
горбуша (филе)	0,08	0,07	9,72	0,01	0,19	29	150	9,5	14	94	0,28	27	21,2	232
лук репчатый	0	0	0	0	0,45	0,3	16,3	3,1	1,4	5,7	0,08	0,3	0	3,5
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	42	8,65	2	1,4	6,3	0,11	0,4	0,6	1,6
яйцо куриное	0	0,02	7,49	0,11	0	4,9	5,58	2,3	0,5	8	0,1	1	1,3	2,6
мука пшеничная	0,01	0	0	0	0	0,2	6,78	1,1	0,9	5	0,07	0,1	0,4	1,5
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	294	0,07	3,2	0,2	0,7	0,03	40	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	5,2	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,09	17,2	0,12	0,64	371	188	26	18	120	0,67	68,8	23,5	241

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. Обработанные яйца взбивают. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, измельчают, бланшируют. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки массой 50-100 г., измельчают на мясорубке двухкратно - первый раз без добавления хлеба, второй раз с бланшированным репчатым луком и замоченным в воде или молоке пшеничным хлебом, добавляют яйца, соль. Массу хорошо перемешивают, выбивают и формуют по 15-20 гр., панируют в муке, запекают в духовом шкафу на масле 5-7 минут, затем заливают соусом белым основным из расчета 20 гр. на 1 порцию (технологическая карта - 54-2соус), добавляют воду (10% от массы соуса) и тушат 10-15 мин. При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах – рыбный.

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (ТРЕСКА)

Номер рецептуры: 54-10р (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
треска (филе)	45,8	40,5	6,1	0,2	0	26,3								
лук репчатый	10,5	8,4	0,1	0	0,6	3,1								
хлеб пшеничный	8,4	8,4	0,6	0,1	3,8	18								
яйцо куриное	4	3,6	0,4	0,4	0	5,1								
мука пшеничная	5	5	0,5	0,1	3,2	15,4								
масло подсолнечное	4,5	4,5	0	4	0	35,6								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	12,6	12,6	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		83,8												
Выход:		60	7,7	4,7	7,6	103,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
треска (филе)	0,02	0,02	2,43	0,368	0,17	16,9	114	8,91	10,6	74	0,17	54,7	8,18	284
лук репчатый	0	0	0	0	0,34	0,26	12,2	2,3	1,02	4,24	0,06	0,23	0	2,6
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	31,9	6,49	1,48	1,02	4,75	0,08	0,3	0,45	1,2
яйцо куриное	0	0,02	5,618	0,083	0	3,67	4,19	1,74	0,38	6,02	0,08	0,75	0,98	2
мука пшеничная	0,01	0	0	0	0	0,11	5,09	0,8	0,7	3,76	0,05	0,08	0,3	1,1
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,08	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,43	0,14	0,49	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	3,88	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,04	8,05	0,45	0,5	273	142	22	14	93	0,47	86	9,9	290

Номер рецептуры: 54-10р (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
треска (филе)	61	54	8,12	0,29	0	35,1
лук репчатый	14	11,2	0,15	0,02	0,84	4,1
хлеб пшеничный	11,2	11,2	0,8	0,08	5,01	24
яйцо куриное	5,3	4,8	0,57	0,49	0,03	6,8
мука пшеничная	6,7	6,7	0,68	0,08	4,26	20,5
масло подсолнечное	6	6	0	5,27	0	47,5
соль поваренная йодированная	1	1	0	0	0	0
вода	16,8	16,8	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		111,7				
Выход:		80	10,3	6,2	10,1	138

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
треска (филе)	0,03	0,03	3,24	0,49	0,22	22,6	152	11,9	14,1	98,7	0,23	72,9	10,9	378	
лук репчатый	0	0	0	0	0,45	0,34	16,3	3,06	1,36	5,65	0,08	0,3	0	3,5	
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	42,5	8,65	1,97	1,36	6,33	0,11	0,4	0,6	1,6	
яйцо куриное	0	0,02	7,49	0,11	0	4,89	5,58	2,32	0,5	8,02	0,1	1	1,3	2,6	
мука пшеничная	0,01	0	0	0	0	0,15	6,78	1,06	0,93	5,01	0,07	0,1	0,4	1,5	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	294	0,07	3,24	0,19	0,65	0,03	40	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	5,17	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,05	0,05	10,7	0,6	0,67	365	190	29	18	124	0,62	115	13,2	387	

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. Обработанные яйца взбивают. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, измельчают, бланшируют. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки массой 50-100 г., измельчают на мясорубке двукратно - первый раз без добавления хлеба, второй раз с бланшированным репчатым луком и замоченным в воде или молоке пшеничным хлебом, добавляют яйца, соль. Массу хорошо перемешивают, выбивают и формируют по 15-20 гр., панируют в муке, запекают в духовом шкафу на масле 5-7 минут, затем заливают соусом белым основным из расчета 20 гр. на 1 порцию (технологическая карта - 54-2соус), добавляют воду (10% от массы соуса) и тушат 10-15 мин. При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах – рыбный.

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (МИНТАЙ)

Номер рецептуры: 54-11р (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
минтай (филе)	22,9	40,5	6,1	0,3	0	27,1
лук репчатый	5,3	8,4	0,1	0	0,6	3,1
хлеб пшеничный	4,2	8,4	0,6	0,1	3,8	18
яйцо куриное	2	3,6	0,4	0,4	0	5,1
мука пшеничная	2,6	5	0,5	0,1	3,2	15,4
масло подсолнечное	2,3	4,5	0	4	0	35,6
соль поваренная йодированная	0,4	0,8	0	0	0	0
вода	6,3	12,6	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		83,8				
Выход:		60	7,7	4,8	7,6	104,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
минтай (филе)	0,03	0,04	2,43	0,08	0,08	12	141	14	19	85	0,29	60,8	5,7	284	
лук репчатый	0	0	0	0	0,34	0,3	12,2	2,3	1	4,2	0,06	0,23	0	2,6	
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	32	6,49	1,5	1	4,7	0,08	0,3	0,45	1,2	
яйцо куриное	0	0,02	5,62	0,08	0	3,7	4,19	1,7	0,4	6	0,08	0,75	0,98	2	
мука пшеничная	0,01	0	0	0	0	0,1	5,09	0,8	0,7	3,8	0,05	0,08	0,3	1,1	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	3,9	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,05	0,05	8,05	0,17	0,42	269	169	27	23	104	0,58	92,1	7,43	290	

Номер рецептуры: 54-11р (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
минтай (филе)	30,5	54	8,07	0,43	0	36,1
лук репчатый	7	11,2	0,15	0,02	0,84	4,1
хлеб пшеничный	5,6	11,2	0,8	0,08	5,01	24
яйцо куриное	2,6	4,8	0,57	0,49	0,03	6,8
мука пшеничная	3,4	6,7	0,68	0,08	4,26	20,5
масло подсолнечное	3	6	0	5,27	0	47,5
соль поваренная йодированная	0,5	1	0	0	0	0
вода	8,4	16,8	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		111,7				
Выход:		80	10,3	6,4	10,1	139

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
минтай (филе)	0,04	0,05	3,24	0,11	0,11	16	188	19	26	113	0,38	81	7,6	378	
лук репчатый	0	0	0	0	0,45	0,3	16,3	3,1	1,4	5,7	0,08	0,3	0	3,5	
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	42	8,65	2	1,4	6,3	0,11	0,4	0,6	1,6	
яйцо куриное	0	0,02	7,49	0,11	0	4,9	5,58	2,3	0,5	8	0,1	1	1,3	2,6	
мука пшеничная	0,01	0	0	0	0	0,2	6,78	1,1	0,9	5	0,07	0,1	0,4	1,5	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	294	0,07	3,2	0,2	0,7	0,03	40	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	5,2	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,06	0,07	10,7	0,22	0,56	358	226	36	30	139	0,77	123	9,9	387	

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. Обработанные яйца взбивают. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, измельчают, бланшируют. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки массой 50-100 г., измельчают на мясорубке двукратно - первый раз без добавления хлеба, второй раз с бланшированным репчатым луком и замоченным в воде или молоке пшеничным хлебом, добавляют яйца, соль. Массу хорошо перемешивают, выбивают и формируют по 15-20 гр., панируют в

муке, запекают в духовом шкафу на масле 5-7 минут, затем заливают соусом белым основным из расчета 20 гр. на 1 порцию (технологическая карта - 54-2соус), добавляют воду (10% от массы соуса) и тушат 10-15 мин. При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах – рыбный.

СУФЛЕ РЫБНОЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА (ГОРБУША)

Номер рецептуры: 54-12р (от 1 до 3 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
Яйцо куриное	20	19	2,2	1,9	0,1	26,1								
Горбуша (филе)	91,8	81,2	15,7	5	0	104,4								
Масло сливочное	1,8	2	0	1,2	0	10,7								
Соль поваренная йодированная	0,3	0	0	0	0	0								
Выход:		60	17,9	7,7	0,1	141,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Яйцо куриное	0	0	29	0	0	19	21	9	2	31	0	4	5	10
Горбуша (филе)	0	0	15	0	0	43	226	14	21	141	0	41	32	349
Масло сливочное	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	80	0	1	0	0	0	11	0	0
Выход:	0	0	48	0	0	142	248	25	23	173	1	55	37	360

Номер рецептуры: 54-12р (от 3 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
Яйцо куриное	27,1	24,7	2,9	2,5	0,2	34,8								
Горбуша (филе)	122,4	108,3	20,9	6,2	0	139,2								
Масло сливочное	2,4	2,4	0	1,6	0	14,3								
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Выход:		80	23,8	10,3	0,2	188,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Яйцо куриное	0	0	38	1	0	25	29	12	3	41	1	5	7	14
Горбуша (филе)	0	0	19	0	0	58	301	19	28	188	1	54	43	466
Масло сливочное	0	0	7	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	107	0	1	0	0	0	15	0	0
Выход:	0	0	65	1	0	190	330	33	31	230	1	74	49	479

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость, отделяя белки от желтков, яичные белки взбивают. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки массой 50-100 г., измельчают на мясорубке, добавляют соль, перемешивают. В полученную массу добавляют соус молочный безглютеновый (54-6 соус) из расчета 25 грамм соуса на 55 грамм

блюда, затем добавляют желтки яиц, и после вводят взбитые яичные белки. Полученную массу раскладывают в смазанную маслом емкость и запекают 15-20 мин при температуре 220 градусов Цельсия.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах – рыбный.

СУФЛЕ РЫБНОЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА (МИНТАЙ)

Номер рецептуры: 54-13р (от 1 до 3 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Яйцо куриное	20,3	18,5	2,2	1,9	0,1	26,1
Минтай (филе)	91,8	81,2	12,1	0,6	0	54,4
Масло сливочное	1,8	1,8	0	1,2	0	10,7
Соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
Выход:		60	14,4	3,7	0,1	91,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Яйцо куриное	0	0	29	0	0	19	21	9	2	31	0	4	5	10	
Минтай (филе)	0	0	5	0	0	25	283	29	39	170	1	122	11	569	
Масло сливочное	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	80	0	1	0	0	0	11	0	0	
Выход:	0	0	39	1	0	124	305	39	41	201	1	136	16	579	

Номер рецептуры: 54-13р (от 3 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Яйцо куриное	27,1	24,7	2,9	2,5	0,2	34,8
Минтай (филе)	122,4	108,3	16,2	0,9	0	72,5
Масло сливочное	2,4	2,4	0	1,6	0	14,3
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
Выход:		80	19,1	4,9	0,2	121,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Яйцо куриное	0	0,1	38,4	0,5	0	25,1	28,6	11,9	2,6	41,1	0,5	4,9	6,7	14	
Минтай (филе)	0,1	0,1	6,5	0,2	0,2	32,9	378	38,1	51,8	226	0,8	162	15,2	758	
Масло сливочное	0	0	6,6	0	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0	0	0	0,1	
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	107	0	1,2	0,1	0,2	0	14,5	0	0	
Выход:	0,1	0,2	51,5	0,8	0,2	165	407	52	54	268	1,3	182	21,9	772	

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость, отделяя белки от желтков, яичные белки взбивают. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки массой 50-100 г., измельчают на мясорубке, добавляют соль, перемешивают. В полученную массу добавляют соус молочный безглютеновый (54-бсоус) из расчета 25 грамм соуса на 55 грамм блюда, затем добавляют желтки яиц, и после вводят взбитые яичные белки.

Полученную массу раскладывают в смазанную маслом емкость и запекают 15-20 мин при температуре 220 градусов Цельсия.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах – рыбный.

СУФЛЕ РЫБНОЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА (ТРЕСКА)

Номер рецептуры: 54-14р (от 1 до 3 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
Треска (филе)	91,8	81,2	12,2	0,4	0	52,7									
Яйцо куриное	20,3	18,5	2,2	1,9	0,1	26,1									
Масло сливочное	1,8	1,8	0	1,2	0	10,7									
Соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0									
Выход:		60	14,4	3,5	0,1	89,5									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Треска (филе)	0,1	0,1	4,9	0,7	0,3	34	229	17,9	21,2	148	0,4	110	16,4	569	
Яйцо куриное	0	0,1	28,8	0,4	0	18,8	21,5	8,9	1,9	30,8	0,4	3,7	5	10	
Масло сливочное	0	0	5	0	0	0,2	0,5	0,4	0	0,5	0	0	0	0,1	
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	80,2	0	0,9	0,1	0,2	0	10,9	0	0	
Выход:	0,1	0,1	38,6	1,2	0,3	133	251	28	23	180	0,8	124	21,4	579	

Номер рецептуры: 54-14р (от 3 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
Треска (филе)	122,4	108,3	16,3	0,6	0	70,3									
Яйцо куриное	27,1	24,7	2,9	2,5	0,2	34,8									
Масло сливочное	2,4	2,4	0	1,6	0	14,3									
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0									
Выход:		80	19,2	4,6	0,2	119,3									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Треска (филе)	0,1	0,1	6,5	1,0	0,4	45,3	306	23,8	28,3	198	0,5	146	21,9	758	
Яйцо куриное	0,0	0,1	38,4	0,5	0	25,1	28,6	11,9	2,6	41,1	0,5	4,9	6,7	14	
Масло сливочное	0	0	6,6	0	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0	0	0	0,1	
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	107	0	1,2	0,1	0,2	0	14,5	0	0	
Выход:	0,1	0,1	51,5	1,5	0,4	178	335	37	31	240	1	166	28,5	772	

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость, отделяя белки от желтков, яичные белки взбивают. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки массой 50-100 г., измельчают на мясорубке, добавляют соль, перемешивают. В полученную массу добавляют соус молочный безглютеновый (54-бсоус) из расчета 25 грамм соуса на 55 грамм блюда, затем добавляют желтки яиц, и после вводят взбитые яичные белки. Полученную массу раскладывают в смазанную маслом емкость и запекают 15-20 мин при температуре 220 градусов Цельсия.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах – рыбный.

КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (ТРЕСКА)

Номер рецептуры: 54-15р (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
треска (филе)	75,7	67	10,1	0,4	0	43,5								
морковь	27,2	21,8	0,3	0	1,4	6,7								
лук репчатый	10	8	0,1	0	0,6	2,9								
яйцо куриное	14,3	13	1,6	1,3	0,1	18,4								
молоко	10	10	0,3	0,2	0,4	4,8								
хлеб пшеничный	8	8	0,6	0,1	3,6	17,1								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,5								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		120												
Выход:		100	13	3,9	6,1	110,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
треска (филе)	0,04	0,04	4,02	0,6	0,27	28	189	15	17	122	0,29	90	13,5	469
морковь	0,01	0,01	262	0	0,44	3,5	36,2	5,2	7,2	10	0,13	1,1	0,02	12
лук репчатый	0	0	0	0	0,32	0,2	11,6	2,2	1	4	0,06	0,2	0,04	2,5
яйцо куриное	0,01	0,05	20,3	0,29	0	13	15,1	6,3	1,4	22	0,28	2,6	3,51	7,2
молоко	0	0,01	1,32	0	0,05	3,8	12,1	11	1,2	7,8	0,01	0,9	0,18	2
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	30	6,18	1,4	1	4,5	0,08	0,3	0,42	1,2
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,75	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
Выход:	0,07	0,11	295	0,93	1,08	197	271	42	29	172	0,87	112	17,7	494

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов Цельсия из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 литр. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают и варят в небольшом количестве воды. После варки нарезают мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют. Размороженную рыбу очищают от кожи, нарезают на куски и измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке пшеничным хлебом, вареной морковью и бланшированным луком. В массу добавляют соль, сырые яйца, все тщательно перемешивают и формируют котлеты. Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают в духовом шкафу или пароконвектомате до готовности (20-25 минут).

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие круглой или яйцевидной приплюснутой формы, без трещин; консистенция - однородная, рыхлая, сочная; цвет - белый с сероватым оттенком; вкус и запах - рыбный.

КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (МИНТАЙ)

Номер рецептуры: 54-16р (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
минтай (филе)	75,7	67	10	0,5	0	44,8								
морковь	27,2	21,8	0,3	0	1,4	6,7								
лук репчатый	10	8	0,1	0	0,6	2,9								
яйцо куриное	14,3	13	1,6	1,3	0,1	18,4								
молоко	10	10	0,3	0,2	0,4	4,8								
хлеб пшеничный	8	8	0,6	0,1	3,6	17,1								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,5								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		120												
Выход:		100	12,9	4	6,1	112,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
минтай (филе)	0,05	0,06	4,02	0,13	0,13	20	234	24	32	140	0,47	101	9,37	469
морковь	0,01	0,01	262	0	0,44	3,5	36,2	5,2	7,2	10	0,13	1,1	0,02	12
лук репчатый	0	0	0	0	0,32	0,2	11,6	2,2	1	4	0,06	0,2	0,04	2,5
яйцо куриное	0,01	0,05	20,3	0,29	0	13	15,1	6,3	1,4	22	0,28	2,6	3,51	7,2
молоко	0	0,01	1,32	0	0,05	3,8	12,1	11	1,2	7,8	0,01	0,9	0,18	2
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	30	6,18	1,4	1	4,5	0,08	0,3	0,42	1,2
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,75	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
Выход:	0,08	0,13	295	0,46	0,94	189	316	51	44	189	1,05	122	13,6	494

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов Цельсия из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 литр. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают и варят в небольшом количестве воды. После варки нарезают мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют. Размороженную рыбу очищают от кожи, нарезают на куски и измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке пшеничным хлебом, вареной морковью и бланшированным луком. В массу добавляют соль, сырые яйца, все тщательно перемешивают и формируют котлеты. Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают в духовом шкафу или пароконвектомате до готовности (20-25 минут).

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие круглой или яйцевидной приплюснутой формы, без трещин; консистенция - однородная, рыхлая, сочная; цвет - белый с сероватым оттенком; вкус и запах - рыбный.

КОТЛЕТА РЫБНАЯ С ЛАМИНАРИЕЙ И МОРКОВЬЮ (МИНТАЙ)

Номер рецептуры: 54-17р (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
минтай (филе)	76,3	67,5	10,1	0,5	0	45,2								
молоко	10	10	0,3	0,2	0,4	4,8								
морковь	11,6	9,3	0,1	0	0,6	2,9								
ламинария листовая	0,9	0,8	0,01	0	0,57	2,3								
лук репчатый	5	4	0,1	0	0,3	1,5								
хлеб пшеничный	8	8	0,6	0,1	3,6	17,1								
яйцо куриное	11	10	1,2	1	0,1	14,1								
масло сливочное	3,8	3,8	0	2,4	0	21,8								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		105												
Выход:		100	12,4	4,2	5,57	109,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
минтай (филе)	0,05	0,06	4,05	0,14	0,14	21	235	24	32	141	0,47	101	9,44	473
молоко	0	0,01	1,32	0	0,05	3,8	12,1	11	1,2	7,8	0,01	0,9	0,18	2
морковь	0	0,01	112	0	0,19	1,5	15,4	2,2	3,1	4,5	0,06	0,47	0,01	5,1
ламинария листовая	0	0,01	0,09	0,08	0	26	0,82	3,4	2,5	0,2	0,05	915	0,1	0
лук репчатый	0	0	0	0	0,16	0,1	5,81	1,1	0,5	2	0,03	0,12	0,02	1,2
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	30	6,18	1,4	1	4,5	0,08	0,26	0,42	1,2
яйцо куриное	0,01	0,04	15,6	0,22	0	10	11,6	4,8	1	17	0,22	2	2,7	5,5
масло сливочное	0	0	10,1	0,05	0	0,4	0,93	0,8	0	1	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
Выход:	0,07	0,13	143	0,49	0,54	181	288	49	42	178	0,94	1032	12,9	488

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Сухую ламинарию измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа.

Морковь перебирают, промывают, очищают повторно промывают, отваривают, охлаждают, очищают от кожуры.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают повторно промывают.

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на кусочки.

Обработанные яйца взбивают. Подготовленное филе пропускают дважды через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом, вареной морковью, подготовленной ламинарией и луком репчатым.

В рыбную массу добавляют яйцо, соль, перемешивают и формируют котлеты.

Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают в духовом шкафу или пароконвектомате до готовности (20-25 минут).

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, рыхлая, сочная; вкус и запах – рыбно-морковный.

3.7. БЛЮДА ИЗ МЯСА

БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ

Номер рецептуры: 54-1м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	54,7	48,4	8,5	6,8	0	95,2								
морковь	5,5	4,4	0,1	0	0,3	1,3								
лук репчатый	1,5	1,2	0	0	0,1	0,4								
петрушка (корень)	1	0,8	0	0	0,1	0,4								
мука пшеничная высший сорт	0,8	0,8	0,1	0	0,5	2,4								
сметана	15	15	0,4	2	0,5	21,2								
масло сливочное	0,8	0,8	0	0,5	0	4,6								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0								
вода	65,6	65,6	0	0	0	0								
Масса мясной части готового блюда:		30												
Масса соуса в готовом блюде:		30												
Выход:		60	8,9	9,3	1,4	125,5								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	23,9	131	3,8	9,3	79,2	1,1	3,5	0	31
морковь	0	0	52,6	0	0,1	0,7	7,3	1	1,4	2,1	0	0,2	0	2,4
лук репчатый	0	0	0	0	0	0	1,7	0,3	0,1	0,6	0	0	0	0,4
петрушка (корень)	0	0	0	0	0,1	0	2,2	0,4	0,2	0,5	0	0	0	0,9
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	0,8	0,1	0,1	0,6	0	0	0	0,2
сметана	0	0	9,6	0	0	4,6	14,4	11,6	1,2	7,8	0	1,4	0,1	2,1
масло сливочное	0	0	2,1	0	0	0,1	0,2	0,2	0	0,2	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	35,3	0	0,4	0	0,1	0	4,8	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0
Выход:	0	0,1	64,3	0	0,3	65	158	18	12	91	1,2	9,9	0,1	36

Номер рецептуры: 54-1м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
говядина 1 категории	73	64,6	11,3	9,1	0	127
морковь	7,3	5,8	0,1	0	0,4	1,8
лук репчатый	2	1,6	0	0	0,1	0,6
петрушка (корень)	1,3	1	0	0	0,1	0,5
мука пшеничная высший сорт	1	1	0,1	0	0,6	3,2
сметана	20	20	0,5	2,6	0,6	28,3
масло сливочное	1	1	0	0,6	0	6,1
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	87,4	87,4	0	0	0	0
Масса мясной части готового блюда:		40				
Масса соуса в готовом блюде:		40				
Выход:		80	12	12,4	1,9	167,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	31,9	175	5,1	12,4	106	1,5	4,6	0
морковь	0	0	70,1	0	0,1	0,9	9,7	1,4	1,9	2,8	0	0,3	0	3,2
лук репчатый	0	0	0	0	0,1	0	2,3	0,4	0,2	0,8	0	0	0	0,5
петрушка (корень)	0	0	0	0	0,1	0,1	3	0,5	0,2	0,7	0	0	0	1,1
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,1	0,2	0,1	0,8	0	0	0,1	0,2
сметана	0	0	12,8	0	0	6,1	19,3	15,5	1,6	10,4	0	1,8	0,1	2,8
масло сливочное	0	0	2,8	0	0	0,1	0,3	0,2	0	0,3	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	47,1	0	0,5	0	0,1	0	6,4	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,1	85,7	0	0,4	86	210	24	16	121	1,6	13	0,2	49

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Морковь и петрушку отваривают, чистят и протирают. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, отваривают до готовности (готовность определяется выделением бесцветного сока в месте прокола). Вареное мясо очищают от пленок и соединительной ткани, нарезают соломкой длиной 3x3x30 мм. Мясо соединяют с протертыми овощами, пассерованным луком и заливают сметанным соусом, добавляют соль и тушат 5-10 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С. Сметанный соус: белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. Приготовление белого соуса: муку подсушивают при температуре 110 -120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов Цельсия, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют йодированную соль, затем процеживают и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус - вареного мяса и овощей; запах - вареного мяса, сметаны и овощей.

ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ**Номер рецептуры: 54-2м (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
говядина 1 категории	62,7	55,5	9,7	7,8	0	109,1									
лук репчатый	8,7	7	0,1	0	0,5	2,6									
томатное пюре	5,5	5,5	0,2	0	0,6	3,1									
масло сливочное	3,2	3,2	0	2	0,1	18,8									
мука пшеничная высший сорт	1,9	1,9	0,2	0	1,2	5,7									
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0									
вода	80,3	80,3	0	0	0	0									
Масса мясной части готового блюда:		35													
Масса соуса в готовом блюде:		25,1													
Выход:		60	10,1	9,8	2,4	139,2									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	27,4	150	4,4	10,6	90,8	1,3	4	0	35	
лук репчатый	0	0	0	0	0,3	0,2	10,1	1,9	0,8	3,5	0	0,2	0	2,2	
томатное пюре	0	0	6,6	0	0,6	0,4	30,5	1	2,2	3,3	0,1	0	0	0	
масло сливочное	0	0	8,7	0	0	0,4	0,8	0,7	0	0,8	0	0	0	0,1	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,9	0,3	0,3	1,4	0	0	0,1	0,4	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	44,1	0	0,5	0	0,1	0	6	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:		0,02	0,07	15,3	0	0,85	73	193	8,7	14	100	1,49	10	0,19	38

Номер рецептуры: 54-2м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
	брутто	нетто	г	г	г	ккал	
говядина 1 категории	83,6	74	12,9	10,4	0	145,5	
лук репчатый	11,6	9,3	0,1	0	0,7	3,4	
томатное пюре	7,3	7,3	0,2	0	0,8	4,1	
масло сливочное	4,3	4,3	0	2,7	0,1	25	
мука пшеничная высший сорт	2,5	2,5	0,3	0	1,6	7,6	
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0	
вода	107	107	0	0	0	0	
Масса мясной части готового блюда:		46,6					
Масса соуса в готовом блюде:		33,4					
Выход:		80	13,5	13,1	3,2	185,6	

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	говядина 1 категории	0,03	0,09	0	0	0	37	200	5,9	14	121	1,74	5,3	0
лук репчатый	0	0	0	0	0,37	0,3	13,5	2,5	1,1	4,7	0,06	0,3	0,04	2,9
томатное пюре	0	0	8,76	0	0,76	0,6	40,6	1,3	2,9	4,5	0,13	0	0,04	0
масло сливочное	0	0	11,6	0,06	0	0,5	1,07	0,9	0	1,1	0,01	0	0,04	0,1
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	2,53	0,4	0,4	1,9	0,03	0	0,13	0,6
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0,01	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,09	20,4	0,06	1,13	97	258	12	19	133	1,98	14	0,25	50

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют, бланшируют, пассеруют с томатным пюре. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, отваривают до полуготовности, очищают от пленок и соединительной ткани, нарезают кубиками по 20-30 г, заливают горячей водой, добавляют пассерованные лук с томатным пюре, соль и тушат в закрытой посуде около 1 часа. Затем бульон сливают. Муку пассеруют без изменения цвета, разводят охлажденным до 55 градусов Цельсия бульоном, проваривают 7-10 минут. Процеживают. Приготовленным соусом заливают мясо и протушивают 15 минут до полной готовности блюда. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус - свойственный тушеному мясу с луком и томатом; запах вареного мяса и овощей.

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ

Номер рецептуры: 54-3м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	
капуста белокочанная	45	36	0,6	0,1	1,6	8,9
говядина 1 категории	27,1	24	4,2	3,4	0	47,2
крупа рисовая	3	3	0,2	0	2	9,1
лук репчатый	4,5	3,6	0,1	0	0,2	1,3
масло сливочное	1,8	1,8	0	1,1	0	10,5
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	18	18	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		67,8				
Выход:		60	5	4,6	3,8	77

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	капуста белокочанная	0	0	0,6	0	6,5	3,6	89,6	15,2	5	9,7	0,2	1,1	0,1
говядина I категории	0	0	0	0	0	11,9	64,9	1,9	4,6	39,3	0,6	1,7	0	###
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,3	2,5	0,2	1,3	3,9	0	0	0,4	1,5
лук репчатый	0	0	0	0	0,1	0,1	5,2	1	0,4	1,8	0	0,1	0	1,1
масло сливочное	0	0	4,9	0	0	0,2	0,5	0,4	0	0,5	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	53	0	0,6	0	0,1	0	7,2	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,04	5,5	0	6,62	69	163	19	11	55	0,81	10	0,53	21

Номер рецептуры: 54-3м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	60	48	0,8	0,1	2,1	11,8
говядина I категории	36,2	32	5,6	4,5	0	63
крупа рисовая	4	4	0,2	0	2,7	12,2
лук репчатый	6	4,8	0,1	0	0,3	1,8
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,5	0	14
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	24	24	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		90,4				
Выход:		80	6,7	6,1	5,1	102,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	капуста белокочанная	0	0	0,9	0	8,6	4,7	120	20,3	6,7	12,9	0,2	1,4	0,1
говядина I категории	0	0	0	0	0	15,8	86,6	2,5	6,1	52,3	0,8	2,3	0	###
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,4	3,3	0,3	1,7	5,2	0	0,1	0,5	2
лук репчатый	0	0	0	0	0,2	0,1	7,0	1,3	0,6	2,4	0	0,1	0	1,5
масло сливочное	0	0	6,5	0	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	70,6	0	0,8	0	0,2	0	9,6	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	7,3	0	8,8	92	217	26	15	74	1,1	14	0,7	29

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Рис промывают, варят рассыпчатую кашу. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют, бланшируют и пассеруют в половинном количестве сливочного масла. Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины, припускают в подсоленной кипящей воде до полуготовности, воду сливают. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, подготовленный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом и капустой. Хорошо вымешивают, формируют порционно, складывают на противень, добавляют воду, сливочное масло и тушат в духовом шкафу (пароконвектомате) 30 минут при температуре 250 градусов Цельсия. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму; консистенция - сочная; вкус и запах - соответствующие тушеному мясу с капустой.

КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ

Номер рецептуры: 54-4м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	58,3	51,6	9	7,3	0	101,4								
молоко	13,8	13,8	0,4	0,3	0,6	6,6								
хлеб пшеничный	11,4	11,4	0,8	0,1	5,1	24,5								
сухари панировочные	6,6	6,6	0,7	0,1	4,1	19,8								
масло сливочное	4,2	4,2	0	2,7	0,1	24,6								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		79												
Выход:		60	11	10,5	9,9	177								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	25,5	140	4,1	9,9	84,4	1,2	3,7	0	###
молоко	0	0	1,8	0	0,1	5,3	16,8	14,6	1,7	10,8	0	1,2	0,2	2,8
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	43,4	8,8	2	1,4	6,5	0,1	0,4	0,6	1,7
сухари панировочные	0	0	0	0	0	26,9	10,5	1,8	2,7	7,2	0,2	0	1,5	0
масло сливочное	0	0	11,4	0,1	0	0,5	1,1	0,9	0	1,1	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	47,1	0	0,5	0	0,1	0	6,4	0	0
Выход:	0	0,1	13,3	0,1	0,1	149	177	24	16	110	1,6	12	2,4	37

Номер рецептуры: 54-4м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	72,9	64,5	11,3	9,1	0	126,8								
молоко	17,3	17,3	0,5	0,4	0,8	8,3								
хлеб пшеничный	14,3	14,3	1	0,1	6,4	30,6								
сухари панировочные	8,3	8,3	0,9	0,1	5,1	24,8								
масло сливочное	5,3	5,3	0	3,4	0,1	30,8								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		98,8												
Выход:		75	13,7	13,1	12,4	221,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	31,9	175	5,1	12,4	106	1,5	4,6	0	###
молоко	0	0	2,3	0	0,1	6,6	21	18,3	2,1	13,6	0	1,6	0,3	3,5
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	54,2	11	2,5	1,7	8,1	0,1	0,5	0,8	2,1
сухари панировочные	0	0	0	0	0	33,7	13,1	2,3	3,4	9	0,2	0	1,8	0
масло сливочное	0	0	14,3	0,1	0	0,6	1,3	1,1	0	1,4	0	0	0,1	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	58,8	0	0,7	0	0,1	0	8	0	0
Выход:	0	0,1	16,6	0,1	0,1	186	221	30	20	138	1,9	15	3	46

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку,

соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченном в молоке, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты овально-приплюснутой формы шириной 1,5-2 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ

Номер рецептуры: 54-5м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
куриная грудка (филе)	50,6	44,8	9,9	0,7	0,2	47,1								
молоко	10,3	10,3	0,3	0,2	0,5	5								
хлеб пшеничный	7,4	7,4	0,6	0,1	3,4	15,9								
сухари панировочные	6,6	6,6	0,7	0,1	4,1	19,8								
масло подсолнечное	1,7	1,7	0	1,4	0	13,3								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
вода	6,8	6,8	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		66,6												
Выход:		60	11,5	2,6	8,1	101,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
куриная грудка (филе)	0	0	2,4	0	0,3	20,4	109	3,2	33,5	66,6	0,5	2,7	9	###
молоко	0	0	1,4	0	0,1	3,9	12,5	10,9	1,3	8,1	0	0,9	0,2	2,1
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	28,2	5,7	1,3	0,9	4,2	0,1	0,2	0,4	1,1
сухари панировочные	0	0	0	0	0	26,9	10,5	1,8	2,7	7,2	0,2	0	1,5	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	47,1	0	0,5	0	0,1	0	6,4	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	3,8	0	0,4	127	137	18	38	86	0,8	10	11	61

Номер рецептуры: 54-5м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
куриная грудка (филе)	63,3	56	12,4	0,9	0,2	58,9
молоко	12,9	12,9	0,4	0,3	0,6	6,2
хлеб пшеничный	9,3	9,3	0,7	0,1	4,2	19,9
сухари панировочные	8,3	8,3	0,9	0,1	5,1	24,8
масло подсолнечное	2,1	2,1	0	1,8	0	16,6
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	8,5	8,5	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		83,3				
Выход:		75	14,4	3,2	10,1	126,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
	куриная грудка (филе)	0	0	3	0	0,4	25,5	136	3,9	41,9	83,3	0,7	3,4	11,2	###
молоко	0	0	1,7	0	0,1	4,9	15,6	13,6	1,6	10,1	0	1,2	0,2	2,6	
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	35,3	7,2	1,6	1,1	5,3	0,1	0,3	0,5	1,4	
сухари панировочные	0	0	0	0	0	33,7	13,1	2,3	3,4	9	0,2	0	1,8	0	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	58,8	0	0,7	0	0,1	0	8	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,1	0,1	4,7	0	0,5	158	172	22	48	108	1	13	14	77	

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченном в воде с молоком, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты овально-приплюснутой формы шириной 1,5-2 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ

Номер рецептуры: 54-6м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
говядина 1 категории	58,3	51,6	9	7,3	0	101,4
молоко	13,8	13,8	0,4	0,3	0,6	6,6
хлеб пшеничный	11,4	11,4	0,8	0,1	5,1	24,5
сухари панировочные	6,6	6,6	0,7	0,1	4,1	19,8
масло сливочное	4,2	4,2	0	2,7	0,1	24,6
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		79				
Выход:		60	11	10,5	9,9	177

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	25,5	140	4,1	9,9	84,4	1,2	3,7	0
молоко	0	0	1,8	0	0,1	5,3	16,8	14,6	1,7	10,8	0	1,2	0,2	2,8
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	43,4	8,8	2	1,4	6,5	0,1	0,4	0,6	1,7
сухари панировочные	0	0	0	0	0	26,9	10,5	1,8	2,7	7,2	0,2	0	1,5	0
масло сливочное	0	0	11,4	0,1	0	0,5	1,1	0,9	0	1,1	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	47,1	0	0,5	0	0,1	0	6,4	0	0
Выход:	0	0,1	13,3	0,1	0,1	149	177	24	16	110	1,6	12	2,4	37

Номер рецептуры: 54-6м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
говядина 1 категории	72,9	64,5	11,3	9,1	0	126,8
молоко	17,3	17,3	0,5	0,4	0,8	8,3
хлеб пшеничный	14,3	14,3	1	0,1	6,4	30,6
сухари панировочные	8,3	8,3	0,9	0,1	5,1	24,8
масло сливочное	5,3	5,3	0	3,4	0,1	30,8
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		98,8				
Выход:		75	13,7	13,1	12,4	221,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	31,9	175	5,1	12,4	106	1,5	4,6	0,0
молоко	0	0	2,3	0	0,1	6,6	21	18,3	2,1	13,6	0	1,6	0,3	3,5
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	54,2	11	2,5	1,7	8,1	0,1	0,5	0,8	2,1
сухари панировочные	0	0	0	0	0	33,7	13,1	2,3	3,4	9	0,2	0	1,8	0
масло сливочное	0	0	14,3	0,1	0	0,6	1,3	1,1	0	1,4	0	0	0,1	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	58,8	0	0,7	0	0,1	0	8	0	0
Выход:	0	0,1	16,6	0,1	0,1	186	221	30	20	138	1,9	15	3	46

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченном в молоке, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют биточки. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ

Номер рецептуры: 54-7м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	58,3	51,6	9	7,3	0	101,4								
молоко	13,8	13,8	0,4	0,3	0,6	6,6								
хлеб пшеничный	11,4	11,4	0,8	0,1	5,1	24,5								
сухари панировочные	6,6	6,6	0,7	0,1	4,1	19,8								
масло сливочное	4,2	4,2	0	2,7	0,1	24,6								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		79												
Выход:		60	11	10,5	9,9	177								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	25,5	140	4,1	9,9	84,4	1,2	3,7	0	###
молоко	0	0	1,8	0	0,1	5,3	16,8	14,6	1,7	10,8	0	1,2	0,2	2,8
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	43,4	8,8	2	1,4	6,5	0,1	0,4	0,6	1,7
сухари панировочные	0	0	0	0	0	26,9	10,5	1,8	2,7	7,2	0,2	0	1,5	0
масло сливочное	0	0	11,4	0,1	0	0,5	1,1	0,9	0	1,1	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	47,1	0	0,5	0	0,1	0	6,4	0	0
Выход:	0	0,1	13,3	0,1	0,1	149	177	24	16	110	1,6	12	2,4	37

Номер рецептуры: 54-7м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	72,9	64,5	11,3	9,1	0	126,8								
молоко	17,3	17,3	0,5	0,4	0,8	8,3								
хлеб пшеничный	14,3	14,3	1	0,1	6,4	30,6								
сухари панировочные	8,3	8,3	0,9	0,1	5,1	24,8								
масло сливочное	5,3	5,3	0	3,4	0,1	30,8								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		98,8												
Выход:		75	13,7	13,1	12,4	221,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	31,9	175	5,1	12,4	106	1,5	4,6	0	###
молоко	0	0	2,3	0	0,1	6,6	21	18,3	2,1	13,6	0	1,6	0,3	3,5
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	54,2	11	2,5	1,7	8,1	0,1	0,5	0,8	2,1
сухари панировочные	0	0	0	0	0	33,7	13,1	2,3	3,4	9	0,2	0	1,8	0
масло сливочное	0	0	14,3	0,1	0	0,6	1,3	1,1	0	1,4	0	0	0,1	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	58,8	0	0,7	0	0,1	0	8	0	0
Выход:	0,1	0,1	16,6	0,1	0,1	186	221	30	20	138	1,9	15	3	46

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют шницели. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень,

смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ

Номер рецептуры: 54-8м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
говядина 1 категории	47,5	42	7,3	5,9	0	82,6								
лук репчатый	24,8	19,8	0,3	0	1,5	7,3								
хлеб пшеничный	7,8	7,8	0,6	0,1	3,5	16,7								
масло сливочное	1,8	1,8	0	1,1	0	10,5								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
вода	12	12	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		71,5												
Выход:		60	8,2	7,1	5	117,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0,02	0,05	0	0	0	21	114	3,3	8	69	0,99	3	0	26
лук репчатый	0,01	0	0	0	0,79	0,6	28,8	5,4	2,4	10	0,14	0,6	0,09	6,1
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	30	6,02	1,4	1	4,4	0,07	0,3	0,41	1,1
масло сливочное	0	0	4,86	0,02	0	0,2	0,45	0,4	0	0,5	0	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	53	0,01	0,6	0	0,1	0	7,2	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,05	4,86	0,02	0,79	104	149	11	11	84	1,2	11	0,52	34

Номер рецептуры: 54-8м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность	
	брутто	нетто				ккал	
говядина 1 категории	63,3	56	9,7	7,9	0	110,1	
лук репчатый	33,1	26,4	0,4	0	2	9,7	
хлеб пшеничный	10,4	10,4	0,8	0,1	4,7	22,3	
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,5	0	14	
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0	
вода	16	16	0	0	0	0	
Масса полуфабриката:		47,7×2					
Выход:		80	10,9	9,5	6,7	156,1	

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0,03	0,07	0	0	0	28	152	4,4	11	92	1,32	4	0	35
лук репчатый	0,01	0	0	0	1,05	0,8	38,3	7,2	3,2	13	0,19	0,8	0,12	8,2
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	39	8,03	1,8	1,3	5,9	0,09	0,3	0,55	1,5
масло сливочное	0	0	6,48	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,01	0,8	0	0,2	0	9,6	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,07	6,48	0,03	1,05	139	199	15	15	112	1,6	15	0,69	45

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют, бланшируют, пассеруют. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с предварительно замоченным пшеничным черствым хлебом без корок, добавляют соль, лук и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют тефтели (шарики по 24 г). Изделие выкладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и готовят на пару 20-25 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, поверхность ровная; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ

Номер рецептуры: 54-9м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	84,7	62,3	1,2	0,2	9,2	43,6
говядина 1 категории	68,5	60,6	10,6	8,5	0	119,2
лук репчатый	10,3	8,3	0,1	0	0,6	3,1
томатное пюре	3,9	3,9	0,1	0	0,4	2,2
масло сливочное	3,9	3,9	0	2,5	0,1	22,7
лавровый лист	0	0	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
Масса мясной части готового блюда:		38,2				
Масса готовых овощей:		81,8				
Выход:		120	12,1	11,2	10,3	190,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	картофель	0,05	0,04	1,12	0	4,98	2,4	294	5,5	12	31	0,49	3,1	0,14
говядина 1 категории	0,02	0,07	0	0	0	30	164	4,8	12	99	1,42	4,4	0	38
лук репчатый	0	0	0	0	0,33	0,3	12	2,3	1	4,2	0,06	0,2	0,04	2,6
томатное пюре	0	0	4,68	0	0,41	0,3	21,7	0,7	1,6	2,4	0,07	0	0,02	0
масло сливочное	0	0,01	10,5	0,05	0	0,4	0,97	0,8	0	1	0,01	0	0,04	0,1
лавровый лист	0	0	0,03	0	0	0	0,07	0,1	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	19	0	0
Выход:	0,08	0,11	16,4	0,05	5,72	175	492	16	27	138	2,06	27	0,24	60

Номер рецептуры: 54-9м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	105,9	77,9	1,5	0,3	11,6	54,5
говядина 1 категории	85,6	75,8	13,3	10,7	0	149
лук репчатый	12,9	10,4	0,2	0	0,8	3,8
томатное пюре	4,9	4,9	0,2	0	0,5	2,8
масло сливочное	4,9	4,9	0	3,1	0,1	28,4
лавровый лист	0	0	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
Масса мясной части готового блюда:		47,7				
Масса готовых овощей:		102,3				
Выход:		150	15,1	14	12,9	238,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	картофель	0,07	0,05	1,4	0	6,23	3	367	6,8	16	39	0,61	3,9	0,18
говядина 1 категории	0,03	0,09	0	0	0	37	205	6	14	124	1,78	5,5	0	48
лук репчатый	0	0	0	0	0,41	0,3	15	2,8	1,3	5,2	0,08	0,3	0,05	3,2
томатное пюре	0	0	5,85	0	0,51	0,4	27,1	0,9	2	3	0,08	0	0,03	0
масло сливочное	0	0,01	13,2	0,06	0	0,6	1,22	1	0	1,3	0,01	0	0,05	0,1
лавровый лист	0	0	0,04	0	0	0	0,08	0,1	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,05	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
Выход:	0,1	0,14	20,5	0,06	7,15	218	615	20	33	173	2,57	34	0,3	74

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками, бланшируют, пассеруют с добавлением масла сливочного. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, поперек волокон порционно из расчета по 2 куска на порцию, массой по 30-40 г, мясо запекают до образования легкой румяной корочки. Запеченное мясо и овощи кладут в электросковороду слоями, чтобы сверху и снизу мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и воду (продукты должны быть покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса и овощи сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус и запах - свойственный тушеному мясу и овощам.

КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ Номер рецептуры: 54-10м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста белокочанная	114,6	91,7	1,6	0,1	3,9	22,6								
говядина 1 категории	72,4	64	11,2	9	0	125,9								
лук репчатый	8	6,4	0,1	0	0,5	2,3								
морковь	4	3,2	0,1	0	0,2	1								
томатное пюре	4,8	4,8	0,2	0	0,5	2,7								
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9								
сахар-песок	2,4	2,4	0	0	2,2	8,7								
мука пшеничная высший сорт	1	1	0,1	0	0,6	2,9								
масло подсолнечное	0,3	0,3	0	0,2	0	2,4								
лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,2								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
Масса мясной части в готовом блюде:		45,2												
Масса тушеной капусты в готовом блюде:		74,8												
Выход:		120	13,3	13,1	7,9	203,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,02	0,03	1,65	0	16,5	9,1	228	39	13	25	0,48	2,7	0,24	9,2
говядина 1 категории	0,03	0,08	0	0	0	32	173	5,1	12	105	1,51	4,6	0	40
лук репчатый	0	0	0	0	0,26	0,2	9,32	1,8	0,8	3,2	0,04	0,2	0,03	2
морковь	0	0	38,2	0	0,07	0,5	5,28	0,8	1,1	1,5	0,02	0,2	0	1,8
томатное пюре	0	0	5,76	0	0,5	0,4	26,7	0,8	1,9	2,9	0,08	0	0,03	0
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,06	0	0	0	0,01	0	0	0
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	0,97	0,2	0,1	0,7	0,01	0	0,05	0,2
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,11	0	0,01	0	0,26	0,4	0,1	0,1	0,02	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	19	0	0
Выход:	0,05	0,11	61,9	0,08	17,3	184	446	51	29	140	2,2	27	0,4	54

Номер рецептуры: 54-10м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
капуста белокочанная	143,3	114,6	2	0,1	4,9	28,3								
говядина I категории	90,5	80	14	11,3	0	157,4								
лук репчатый	10,1	8	0,1	0	0,6	2,9								
морковь	5	4	0,1	0	0,2	1,2								
томатное пюре	6	6	0,2	0	0,7	3,4								
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,7								
сахар-песок	3	3	0	0	2,7	10,9								
мука пшеничная высший сорт	1,2	1,2	0,2	0	0,8	3,7								
масло подсолнечное	0,4	0,4	0	0,3	0	3								
лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,2								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
Масса мясной части в готовом блюде:		56,5												
Масса тушеной капусты в готовом блюде:		93,5												
Выход:		150	16,6	16,4	9,9	254,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
капуста белокочанная	0,02	0,04	2,06	0	20,6	11	285	48	16	31	0,6	3,4	0,3	11
говядина I категории	0,04	0,1	0	0	0	40	217	6,3	15	131	1,88	5,8	0	50
лук репчатый	0	0	0	0	0,32	0,2	11,7	2,2	1	4,1	0,05	0,2	0,04	2,5
морковь	0	0	47,7	0	0,08	0,6	6,6	0,9	1,3	1,9	0,02	0,2	0	2,2
томатное пюре	0	0	7,2	0	0,62	0,5	33,4	1,1	2,4	3,7	0,11	0	0,04	0
масло сливочное	0	0,01	20,3	0,1	0	0,9	1,87	1,6	0	2	0,02	0	0,07	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,08	0,1	0	0	0,01	0	0	0
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,22	0,2	0,2	0,9	0,02	0	0,06	0,3
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,14	0	0,02	0	0,33	0,5	0,1	0,1	0,03	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,05	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
Выход:	0,06	0,14	77,4	0,1	21,7	230	557	63	36	175	2,75	34	0,5	67

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением томатного пюре, пассерованной на подсолнечном масле муки. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 20-30 г, соединяют с припущенными овощами, добавляют воду (из расчета 30 г на порцию), соль, лавровый лист и тушат 20-25 минут. Затем к мясу с овощами добавляют капусту и тушат до готовности. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - мясо нарезано кубиками (20-30 г) кусочки мяса целые, консистенция: мяса и капусты - мягкая, нежная; вкус и запах: тушеного мяса, овощей и капусты.

ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ Номер рецептуры: 54-11м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа рисовая	32,6	32,6	2,2	0,3	22	99,1								
говядина 1 категории	43,9	38,9	6,8	5,5	0	76,4								
морковь	15	12	0,1	0	0,8	3,7								
лук репчатый	6	4,8	0,1	0	0,4	1,7								
масло сливочное	4,8	4,8	0,1	3,1	0,1	28								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	187,8	187,8	0	0	0	0								
Масса мясной части в готовом блюде:	24													
Масса рисовой части в готовом блюде:	96													
Выход:		120	9,2	8,8	23,2	209								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0,02	0,01	0	0	0	3	27,1	2,3	14	43	0,28	0,5	4,34	16
говядина 1 категории	0,02	0,05	0	0	0	19	105	3,1	7,4	64	0,91	2,8	0	24
морковь	0,01	0,01	144	0	0,24	1,9	19,9	2,9	4	5,7	0,07	0,6	0,01	6,6
лук репчатый	0	0	0	0	0,19	0,1	6,97	1,3	0,6	2,4	0,04	0,1	0,02	1,5
масло сливочное	0	0,01	13	0,06	0	0,5	1,19	1	0	1,3	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	19	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,07	157	0,06	0,43	166	160	12	26	116	1,32	23	4,42	49

Номер рецептуры: 54-11м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа рисовая	40,8	40,8	2,7	0,4	27,5	123,9
говядина 1 категории	54,9	48,6	8,5	6,8	0	95,6
морковь	18,8	15	0,2	0	1	4,7
лук репчатый	7,5	6	0,1	0	0,5	2,2
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	35
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	234,8	234,8	0	0	0	0
Масса мясной части в готовом блюде:	30					
Масса рисовой части в готовом блюде:	120					
Выход:		150	11,5	11	29	261,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа рисовая	0,02	0,02	0	0	0	3,7	33,9	2,9	18	53	0,35	0,6	5,42
говядина I категории	0,02	0,06	0	0	0	24	132	3,8	9,3	79	1,14	3,5	0	31
морковь	0,01	0,01	180	0	0,3	2,4	24,9	3,6	5	7,2	0,09	0,8	0,02	8,3
лук репчатый	0	0	0	0	0,24	0,2	8,72	1,6	0,7	3	0,05	0,2	0,03	1,9
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,05	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,09	196	0,08	0,54	208	201	15	33	145	1,65	29	5,52	61

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Рис перебирают и промывают. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением воды. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 10-15 г, добавляют пассерованную морковь, лук и соль. Мясо и овощи варят при слабом кипении 5-10 минут, всыпают подготовленную крупу, варят до загустения, затем закрывают крышкой и доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия в течение 30-40 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки, набухшие; консистенция - мясо мягкое, крупа рассыпчатая; вкус и запах: свойственный плову.

ПЛОВ С КУРИЦЕЙ

Номер рецептуры: 54-12м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа рисовая	27,2	27,2	1,8	0,2	18,3	82,5
куриная грудка (филе)	72,4	64	14,2	1,1	0,2	67,4
морковь	8	6,4	0,1	0	0,4	2
лук репчатый	5	4	0,1	0	0,3	1,5
томатное пюре	6,4	6,4	0,2	0	0,7	3,6
масло подсолнечное	4	4	0	3,5	0	31,8
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	108,8	108,8	0	0	0	0
Масса мясной части в готовом блюде:		24,4				
Масса рисовой части в готовом блюде:		95,6				
Выход:		120	16,4	4,9	19,9	188,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа рисовая	0,02	0,01	0	0	0	2,5	22,6	1,9	12	35	0,23	0,4	3,61
куриная грудка (филе)	0,03	0,04	3,46	0	0,46	29	155	4,5	48	95	0,78	3,8	12,8	83
морковь	0	0,01	77	0	0,13	1	10,7	1,5	2,1	3,1	0,04	0,3	0,01	3,5
лук репчатый	0	0	0	0	0,16	0,1	5,84	1,1	0,5	2	0,03	0,1	0,02	1,2
томатное пюре	0	0	7,7	0	0,67	0,5	35,7	1,1	2,6	3,9	0,11	0	0,04	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	19	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,05	88,2	0	1,42	175	230	12	65	140	1,21	24	16,5	102

Номер рецептуры: 54-12м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа рисовая	34	34	2,3	0,3	22,9	103,1
куриная грудка (филе)	90,5	80	17,8	1,4	0,3	84,2
морковь	10,1	8	0,1	0	0,5	2,5
лук репчатый	6,3	5	0,1	0	0,4	1,9
томатное пюре	8	8	0,3	0	0,8	4,5
масло подсолнечное	5	5	0	4,4	0	39,8
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
вода	136,1	136,1	0	0	0	0
Масса мясной части в готовом блюде:	30,5					
Масса рисовой части в готовом блюде:	119,6					
Выход:		150	20,5	6,1	24,9	236

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа рисовая	0,02	0,01	0	0	0	3,1	28,2	2,4	15	44	0,29	0,5	4,52
куриная грудка (филе)	0,04	0,05	4,32	0	0,58	36	194	5,6	60	119	0,98	4,8	16,1	104
морковь	0	0,01	96,3	0	0,16	1,3	13,3	1,9	2,7	3,8	0,05	0,4	0,01	4,4
лук репчатый	0	0	0	0	0,2	0,2	7,3	1,4	0,6	2,5	0,04	0,2	0,02	1,6
томатное пюре	0	0	9,63	0	0,83	0,6	44,6	1,4	3,2	4,9	0,14	0	0,05	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,05	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,06	0,06	110	0	1,77	218	287	15	81	175	1,52	30	20,7	127

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Рис перебирают и промывают. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением воды и томатного пюре. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 15-20 г, посыпают солью, тушат, добавляют пассерованные или припущенные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой, доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. Когда рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в

жарочный шкаф (пароконвектомат) на 25-40 минут. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки, набухшие; консистенция - мясо мягкое, крупа рассыпчатая; вкус и запах: свойственные плову.

ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ

Номер рецептуры: 54-13м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Яйцо куриное	7,2	7,2	0,9	0,7	0,1	10,2								
Молоко	12	12	0,3	0,3	0,5	5,8								
Говядина 1 категории	82	72,6	12,7	10,2	0	142,8								
Масло сливочное	4,2	4,2	0	2,7	0,1	24,4								
Соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Выход:		60	13,9	13,9	0,6	183,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Яйцо куриное	0	0,03	11,2	0,16	0	7,3	8,37	3,5	0,8	12	0,16	1,4	1,9	4
Молоко	0	0,01	1,58	0	0,06	4,6	14,5	13	1,5	9,4	0,01	1,1	0,2	2,4
Говядина 1 категории	0,03	0,09	0	0	0	36	196	5,8	14	119	1,71	5,2	0	46
Масло сливочное	0	0	11,3	0,05	0	0,5	1,05	0,9	0	1,1	0,01	0	0	0,1
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
Выход:	0,03	0,13	24,2	0,21	0,06	136	220	24	16	141	1,9	20	2,1	52

Номер рецептуры: 54-13м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Яйцо куриное	9,6	9,6	1,1	1	0,1	13,6								
Молоко	16	16	0,4	0,3	0,7	7,7								
Говядина 1 категории	109,3	96,8	16,9	13,6	0	190,4								
Масло сливочное	5,6	5,6	0	3,6	0,1	32,5								
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Выход:		80	18,5	18,5	0,8	244,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Яйцо куриное	0,0	0,0	15,0	0,2	0,0	9,8	11,2	4,6	1,0	16,0	0,2	1,9	2,5	5,3
Молоко	0,0	0,0	2,1	0,0	0,1	6,1	19,4	16,9	1,9	12,5	0,0	1,5	0,3	3,2
Говядина 1 категории	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	47,8	262	7,7	18,5	158	2,3	6,9	0,0	###
Масло сливочное	0,0	0,0	15,1	0,1	0,0	0,6	1,4	1,2	0,0	1,5	0,0	0,0	0,0	0,1
Соль поваренная йодированная	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	118	0,0	1,3	0,1	0,3	0,0	16,0	0,0	0,0
Выход:	0,04	0,17	32,2	0,28	0,08	182	294	32	22	189	2,53	26	2,8	70

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость, отделяя белки от желтков, яичные белки взбивают. Мясо размораживают в

дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на крупные куски, отваривают до готовности (готовность определяется выделением бесцветного сока в месте прокола). Вареное мясо пропускают через мясорубку, добавляют сливочное масло (2/3 от общего количества), молоко, желтки яиц, соль. Хорошо вымешивают, соединяют со взбитыми белками, осторожно перемешивают сверху вниз, выкладывают в форму или смазанные маслом противни и запекают при температуре 250-280 градусов Цельсия 25 минут, охлаждают и нарезают на порции.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – пудинг хорошо держит форму, консистенция - нежная, пышная, на разрезе однородная; цвет, запах и вкус – мясной.

ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ Номер рецептуры: 54-14м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	48,8	43,2	7,6	6,1	0	85								
хлеб пшеничный	9	9	0,6	0,1	4	19,3								
масло сливочное	1,8	1,8	0	1,1	0	10,5								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
вода	15,6	15,6	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		17,5×4												
Выход:		60	8,2	7,3	4,1	114,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0,02	0,05	0	0	0	21	117	3,4	8,3	71	1,01	3,1	0	27
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	34	6,95	1,6	1,1	5,1	0,08	0,3	0,45	1,3
масло сливочное	0	0	4,86	0,02	0	0,2	0,45	0,4	0	0,5	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	4,8	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,05	4,86	0,02	0	144	124	11	9,4	76	1,1	15	0,45	29

Номер рецептуры: 54-14м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
	брутто	нетто	г	г	г	ккал	
говядина 1 категории	65,1	57,6	10,1	8,1	0	113,3	
хлеб пшеничный	12	12	0,9	0,1	5,4	25,7	
масло сливочное	2,4	2,4	0,02	1,53	0,03	14	
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0	
вода	20,8	20,8	0	0	0	0	
Масса полуфабриката:		17,5×5					
Выход:		80	11,0	9,7	5,4	153	

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	говядина 1 категории	0,02	0,07	0	0	0	28	156	4,6	11	94	1,35	4,1	0
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	46	9,26	2,1	1,5	6,8	0,11	0,4	0,6	1,7
масло сливочное	0	0	6,48	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	6,4	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,07	6,48	0,03	0	192	166	15	13	102	1,47	21	0,6	38

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски по 75-100 гр., измельчают на мясорубке, затем добавляют замоченный в воде и отжатый черствый пшеничный хлеб (высшего сорта), соль, перемешивают, повторно пропускают через мясорубку. Добавляют воду. Массу хорошо перемешивают, затем выбивают, разделяют в виде шариков массой по 15 -20 гр. Выкладывают в смазанный маслом лист, добавляют воду и запекают 20 минут.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - фрикадельки сохранили форму шариков; консистенция - сочная, однородная; цвет, запах и вкус – мясной.

ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ("ЕЖИКИ")

Номер рецептуры: 54-15м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Крупа рисовая	5,4	5,4	0,4	0	3,6	16,4
Мука пшеничная высший сорт	4	4	0,4	0,0	2,3	11,0
Говядина 1 категории	44,7	39,6	6,9	5,6	0	77,9
Лук репчатый	21,4	18,9	0	0,0	1,4	6,9
Масло сливочное	3,6	3,6	0	2	0	21
Соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0,0	0	0,0	0,0
Вода	6	6	0,0	0,0	0,0	0,0
Масса полуфабриката		38,9×2				
Выход:		60	7,9	8,0	7,4	133,1

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	Крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,5	4,5	0,4	2,4	7,1	0,1	0,1	0,7
Мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	3,7	0,6	0,5	2,7	0	0,1	0,2	0,8
Говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	19,6	107	3,1	7,6	65	0,9	2,9	0	###
Лук репчатый	0	0	0	0	0,8	0,6	27,5	5,2	2,3	9,5	0,1	0,6	0,1	5,9
Масло сливочное	0	0	9,7	0,1	0	0	0,9	0,8	0	0,9	0	0	0	0,1
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	132	0	1,5	0,1	0,3	0	18	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	1,9	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,05	9,72	0,1	0,76	154	144	13	13	85	1,17	22	1	34

Номер рецептуры: 54-15м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Крупа рисовая	7,2	7,2	0,5	0,1	4,9	21,9								
Мука пшеничная высший сорт	4,8	4,8	0,5	0,1	3,1	14,7								
Говядина 1 категории	59,6	52,8	9,2	7,4	0	103,9								
Лук репчатый	28,5	25,2	0,3	0	1,9	9,2								
Масло сливочное	4,8	4,8	0	3,1	0,1	27,9								
Соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
Вода	8,4	8,4	0	0	0	0								
Масса полуфабриката		51,9×2												
Выход:		80	10,6	10,7	9,8	177,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,7	6	0,5	3,1	9,4	0,1	0,1	0,9	3,6
Мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	4,9	0,8	0,7	3,6	0,1	0,1	0,3	1,1
Говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	26,1	143	4,2	10,1	86,4	1,2	3,9	0	###
Лук репчатый	0	0	0	0	1	0,8	36,6	6,9	3,1	12,7	0,2	0,8	0,1	7,9
Масло сливочное	0	0	13	0,1	0	0,5	1,2	1	0	1,3	0	0	0	0,1
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0	24	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	2,6	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,07	13	0,1	1,01	205	192	18	17	114	1,56	29	1,33	46

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Рис перебирают и промывают, варят рассыпчатую кашу. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают кубиками бланшируют и пассеруют на сливочном масле. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски по 75-100 гр., измельчают на мясорубке дважды. В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рис, соль, перемешивают. Разделяют на шарики по 40 гр. Шарики панируют в муке, запекают на противне до образования легкой корочки, заливают молочным соусом (54-5соус) из расчета 40 грамм соуса на 60 грамм блюда и тушат в жарочном шкафу при температуре 160-200 градусов Цельсия 10-15 минут. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - тефтели сохранили форму; консистенция - сочная; цвет, запах и вкус – мясной.

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ**Номер рецептуры: 54-16м (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
печень говяжья	58,4	56,2	9,5	1,8	2,7	65,1
сметана	20	20	0,5	2,6	0,7	28,4
мука пшеничная высший сорт	1	1	0,1	0	0,6	3
масло сливочное	1	1	0	0,6	0	5,7
масло подсолнечное	5	5	0	4,4	0	39,8
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	22	22	0	0	0	0
Масса готовой печени:		38,3				
Выход:		60	10	9,5	4	142

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
печень говяжья	0,12	0,98	2820	0	7,42	44	129	4,5	8,8	153	3,37	3,5	19,6	129
сметана	0,01	0,02	12,9	0	0,03	6,1	19,3	16	1,6	10	0,04	1,8	0,06	2,8
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	0,99	0,2	0,1	0,7	0,01	0	0,06	0,2
масло сливочное	0	0	2,63	0,01	0	0,1	0,24	0,2	0	0,3	0	0	0	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	110	0,03	1,2	0,1	0,2	0,01	15	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	6,8	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,13	1	2836	0,01	7,45	161	150	28	11	165	3,43	20	19,7	132

Номер рецептуры: 54-16м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
печень говяжья	77,9	74,9	12,6	2,4	3,6	86,8
сметана	26,7	26,7	0,7	3,5	0,9	37,8
мука пшеничная высший сорт	1,3	1,3	0,1	0	0,8	4
масло сливочное	1,3	1,3	0	0,8	0	7,6
масло подсолнечное	6,7	6,7	0	5,9	0	53
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	29,3	29,3	0	0	0	0
Масса готовой печени:		51				
Выход:		80	13,4	12,7	5,3	189,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
печень говяжья	0,2	1,3	3760	0	9,9	59,2	172	5,9	11,7	205	4,5	4,7	26,2	172
сметана	0	0	17,1	0	0	8,1	25,7	20,7	2,1	13,9	0	2,4	0,1	3,8
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,3	0,2	0,2	1	0	0	0,1	0,3
масло сливочное	0	0	3,5	0	0	0,2	0,3	0,3	0	0,3	0	0	0	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0	1,6	0,1	0,3	0	20	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	9	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,17	1,34	3781	0,02	9,93	215	200	38	14	220	4,58	27	26,3	176

Способ обработки: тушение.**Технология приготовления:**

Печень размораживают, очищают от пленок, нарезают тонкими брусочками 3х3х35 мм., посыпают солью, запекают 3-4 минуты, заливают сметанным соусом

и кипятят 5-7 минут. Отпускают с гарниром и соусом. Для приготовления сметанного соуса: муку подсушивают при температуре 110-120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов, растирают со сливочным маслом, вливают 1/4 горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшуюся воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения. Белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – кусочки сохранили форму; консистенция - сочная; цвет, запах и вкус – печени.

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ГОВЯДИНОЙ

Номер рецептуры: 54-17м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	134,6	99	1,9	0,3	14,7	69,3								
говядина I категории	76	67,2	11,7	9,5	0	132,2								
сухари панировочные	1,8	1,8	0,2	0	1,1	5,4								
яйцо куриное	2,6	2,4	0,3	0,2	0	3,4								
масло сливочное	6	6	0	3,8	0,1	34,9								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
Выход:		120	14,1	13,9	15,9	245,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,08	0,05	1,78	0	7,92	3,8	467	8,7	20	50	0,77	4,9	0,24	30
говядина I категории	0,03	0,08	0	0	0	33	182	5,3	13	110	1,58	4,9	0	42
сухари панировочные	0	0	0	0	0	7,3	2,84	0,5	0,7	1,9	0,05	0	0,42	0
яйцо куриное	0	0,01	3,74	0,05	0	2,4	2,79	1,2	0,3	4	0,05	0,5	0,66	1,3
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
Выход:	0,11	0,14	21,7	0,13	7,92	224	656	19	34	168	2,49	34	1,38	74

Номер рецептуры: 54-17м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
	брутто	нетто	г	г	г	ккал	
картофель	168,3	123,8	2,3	0,4	18,4	86,6	
говядина I категории	95	84	14,7	11,8	0	165,2	
сухари панировочные	2,3	2,3	0,2	0	1,4	6,8	
яйцо куриное	3,3	3	0,4	0,3	0	4,3	
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,7	
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0	
Выход:		150	17,7	17,4	19,8	306,5	

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
картофель	0,11	0,07	2,23	0	9,9	4,7	583	11	25	62	0,97	6,2	0,3	37	
говядина 1 категории	0,04	0,1	0	0	0	41	227	6,7	16	137	1,97	6,1	0	53	
сухари панировочные	0	0	0	0	0	9,1	3,55	0,6	0,9	2,4	0,07	0	0,53	0	
яйцо куриное	0	0,01	4,68	0,07	0	3,1	3,49	1,5	0,3	5	0,07	0,6	0,83	1,7	
масло сливочное	0	0,01	20,3	0,1	0	0,9	1,87	1,6	0	2	0,02	0	0,08	0,2	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0	
Выход:	0,14	0,18	27,2	0,17	9,9	280	820	24	42	210	3,11	43	1,73	92	

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, заправляют размягченным сливочным маслом, солью. Кладут на смазанный маслом противень слоем 2-3 см и прогревают, помешивая, в жарочном шкафу при температуре 160-180 С в течение 8-10 мин. Картофель перебирают, моют, чистят, крупные клубни нарезают дольками, мелкие - целиком укладывают в посуду (слоем 50 см), заливают горячей водой, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают, пропускают через протирочную машину. Картофель делят на две равные части. Одну часть картофеля выкладывают на смазанный маслом противень слоем 1-1,5 см, разравнивают. Затем выкладывают ровным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивания картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течение 25-30 мин при температуре 250-280 С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность запеканки ровная, с легкой румяной корочкой; консистенция – картофель мягкий, мясо сочное; вкус, цвет и запах – картофеля с мясом.

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ

Номер рецептуры: 54-18м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	134,6	99	1,9	0,4	14,7	69,3
печень говяжья	69,9	67,2	11,3	2,2	3,2	77,9
сухари панировочные	1,8	1,8	0,2	0	1,1	5,4
яйцо куриное	2,6	2,4	0,3	0,2	0	3,4
петрушка (зелень)	3	2,4	0,1	0	0,2	1,1
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
Выход:		120	13,7	6,6	19,3	192

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,08	0,05	1,78	0	7,92	3,8	467	8,7	20	50	0,77	5	0,23	30
печень говяжья	0,14	1,18	3374	0	8,87	53	155	5,3	11	184	4,03	4,2	23,5	155
сухари панировочные	0	0	0	0	0	7,3	2,84	0,5	0,7	1,9	0,05	0	0,4	0
яйцо куриное	0	0,01	3,74	0,05	0	2,4	2,79	1,2	0,3	4	0,05	0,5	0,65	1,3
петрушка (зелень)	0	0	13,7	0	1,44	0,6	15,9	5,2	1,8	2	0,04	0,1	0	5,5
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
Выход:	0,23	1,24	3409	0,13	18,2	244	644	24	33	243	4,99	34	24,8	191

Номер рецептуры: 54-18м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	168,3	123,8	2,3	0,5	18,4	86,6
печень говяжья	87,4	84	14,1	2,7	4,1	97,4
сухари панировочные	2,3	2,3	0,2	0	1,4	6,8
яйцо куриное	3,3	3	0,4	0,3	0	4,3
петрушка (зелень)	3,8	3	0,1	0	0,2	1,4
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,7
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
Выход:		150	17,2	8,3	24,1	240

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,11	0,07	2,23	0	9,9	4,7	583	11	25	62	0,97	6,2	0,29	37
печень говяжья	0,18	1,47	4217	0	11,1	66	193	6,7	13	229	5,04	5,3	29,3	193
сухари панировочные	0	0	0	0	0	9,1	3,55	0,6	0,9	2,4	0,07	0	0,5	0
яйцо куриное	0	0,01	4,68	0,07	0	3,1	3,49	1,5	0,3	5	0,07	0,6	0,81	1,7
петрушка (зелень)	0	0	17,1	0	1,8	0,8	19,9	6,5	2,2	2,5	0,05	0,1	0	6,9
масло сливочное	0	0,01	20,3	0,1	0	0,9	1,87	1,6	0	2	0,02	0	0,07	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
Выход:	0,29	1,55	4261	0,17	22,8	306	805	30	42	304	6,23	42	31	239

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость. Печень промывают, очищают от пленок, нарезают на куски, пропускают через мясорубку, заправляют размягченным сливочным маслом, солью. Кладут на

смазанный маслом противень слоем 2-3 см и прогревают, помешивая, в жарочном шкафу при температуре 160-180 С в течение 4-5 мин. Картофель перебирают, моют, чистят, крупные клубни нарезают дольками, мелкие - целиком укладывают в посуду (слоем 50 см), заливают горячей водой, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают, пропускают через протирающую машину. Картофель делят на две равные части. Одну часть картофеля выкладывают на смазанный маслом противень слоем 1-1,5 см, разравнивают. Затем выкладывают ровным слоем печень, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивания картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течение 25-30 мин при температуре 250-280 С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность запеканки ровная, с легкой румяной корочкой; консистенция – картофель мягкий, печень - сочная; вкус, цвет и запах – картофеля с печенью.

ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ Номер рецептуры: 54-19м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крупа рисовая	4	4	0,3	0	2,7	12,2								
говядина 1 категории	35,5	31,4	5,5	4,4	0	61,8								
капуста белокочанная	58,1	46,5	0,8	0	2	11,5								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,4								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		85,1												
Выход:		60	6,6	6,4	4,7	102,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,4	3,32	0,3	1,7	5,2	0,04	0	0,52	2
говядина 1 категории	0,01	0,04	0	0	0	16	85	2,5	6	51	0,74	2,3	0	20
капуста белокочанная	0,01	0,02	0,84	0	8,37	4,6	116	20	6,5	13	0,24	1,4	0,12	4,6
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,75	0,6	0	0,8	0	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	74	0,02	0,8	0	0,2	0,01	10	0	0
Выход:	0,03	0,06	8,94	0,04	8,37	94	205	24	14	70	1,03	14	0,68	27

Номер рецептуры: 54-19м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
крупа рисовая	5,3	5,3	0,4	0	3,6	16,2
говядина 1 категории	47,3	41,9	7,3	5,9	0	82,3
капуста белокочанная	77,5	62	1,1	0,1	2,7	15,3
масло сливочное	4	4	0	2,5	0	23,3
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		113,5				
Выход:		80	8,8	8,5	6,3	137,1

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	крупа рисовая	0,01	0	0	0	0	0,5	4,43	0,4	2,3	7	0,05	0,1	0,69
говядина 1 категории	0,02	0,05	0	0	0	21	113	3,3	8	68	0,98	3	0	26
капуста белокочанная	0,02	0,02	1,11	0	11,2	6,1	154	26	8,6	17	0,33	1,9	0,16	6,2
масло сливочное	0	0,01	10,8	0,05	0	0,5	1	0,8	0	1	0,01	0	0,05	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	98	0,03	1,1	0,1	0,2	0,01	13	0	0
Выход:	0,04	0,07	11,9	0,05	11,2	126	273	32	19	93	1,37	18	0,91	35

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Рис промывают, варят рассыпчатую кашу. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на крупные куски, отваривают до готовности (готовность определяется выделением бесцветного сока в месте прокола), пропускают через мясорубку, добавляют ½ растопленного сливочное масло, рис, соль. Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут, удаляют кочерыжку. Подготовленную капусту отваривают в подсоленной воде до полуготовности, разбирают на отдельные листья, утолщённые части отбивают. На подготовленные листья кладут приготовленный фарш и заворачивают в виде закрытого рулетика. Голубцы укладывают в смазанную маслом емкость, заливают из расчета на одну порцию (60 гр.) - 40 граммами соуса сметанного натурального (д54-4соус) и запекают 20-25 минут при температуре 250-280 градусов Цельсия. Отпускают вместе с соусом.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: поверхность слегка зарумяненная, консистенция – сочная, вкус, цвет и запах – капусты с мясом.

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ И ПРОРОСТКАМИ ПШЕНИЦЫ

Номер рецептуры: 54-20м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	97,1	71,4	1,3	0,2	10,6	50
куриная грудка (филе)	45,7	40,4	9	0,7	0,1	42,5
лук репчатый	13,4	10,7	0,1	0	0,8	4
сыр полутвердый	9,2	8,8	1,9	2,3	0	28,3
проростки пшеницы	6,3	6,3	0,4	0,1	2,4	11,9
томатное пюре	6,3	6,3	0,2	0	0,7	3,5
чеснок	1,6	1,3	0,1	0	0,4	1,7
масло сливочное	6,3	6,3	0,1	4	0,1	36,7
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
Выход:		120	13,1	7,3	15	178,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	картофель	0,06	0,04	1,28	0	5,71	2,7	337	6,3	14	36	0,56	3,6	0,17
куриная грудка (филе)	0,02	0,02	2,18	0	0,29	18	98	2,8	30	60	0,49	2,4	8,11	53
лук репчатый	0,01	0	0	0	0,43	0,3	15,6	2,9	1,3	5,4	0,07	0,3	0,05	3,3
сыр полутвердый	0	0,02	13,8	0,08	0,02	54	6,44	68	2,7	38	0,08	0	1,13	0
проростки пшеницы	0,01	0,01	0	0	0,07	0,8	8,84	1,6	4,5	11	0,12	0	2,36	0
томатное пюре	0	0	7,56	0	0,65	0,5	35	1,1	2,5	3,8	0,11	0	0,04	0
чеснок	0	0	0	0	0,05	0,2	2,72	2	0,3	1,1	0,02	0,1	0,16	0,1
масло сливочное	0	0,01	17	0,08	0	0,7	1,57	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
Выход:	0,1	0,1	41,8	0,17	7,23	254	505	88	56	158	1,48	30	12,1	78

Номер рецептуры: 54-20м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	121,4	89,3	1,7	0,3	13,3	62
куриная грудка (филе)	57,2	50,6	11,3	0,8	0,2	53,2
лук репчатый	16,8	13,4	0,2	0	1	5
сыр полутвердый	11,5	11	2,4	2,9	0	35,4
проростки пшеницы	7,9	7,9	0,5	0,1	3	14,9
томатное пюре	7,9	7,9	0,3	0	0,8	4,4
чеснок	2	1,6	0,1	0	0,5	2,2
масло сливочное	7,9	7,9	0,1	5	0,1	45,8
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
Выход:		150	16,4	9,1	19	223,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	картофель	0,08	0,05	1,61	0	7,14	3,4	421	7,9	18	45	0,7	4,5	0,21
куриная грудка (филе)	0,02	0,03	2,73	0	0,37	23	123	3,6	38	75	0,62	3	10,1	66
лук репчатый	0,01	0	0	0	0,54	0,4	19,5	3,7	1,6	6,8	0,09	0,4	0,06	4,2
сыр полутвердый	0	0,03	17,2	0,11	0,03	68	8,06	85	3,4	48	0,1	0	1,41	0
проростки пшеницы	0,02	0,01	0	0	0,08	1	11	1,9	5,6	14	0,15	0	2,95	0
томатное пюре	0	0	9,45	0	0,82	0,6	43,8	1,4	3,2	4,8	0,14	0	0,05	0
чеснок	0	0	0	0	0,06	0,2	3,4	2,5	0,4	1,4	0,02	0,1	0,2	0,1
масло сливочное	0	0,01	21,3	0,11	0	0,9	1,96	1,7	0	2,1	0,02	0	0,07	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
Выход:	0,12	0,13	52,2	0,21	9,04	318	631	110	70	197	1,85	38	15,1	97

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, крупные клубни нарезают дольками, мелкие - целиком укладывают в посуду (слоем 50 см), заливают горячей водой, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают, добавляют сливочное масло, тщательно перемешивают и пропускают через протирочную машину. Картофель делят на две равные части. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают на мелкие кусочки 2-3 мм длиной и 1-2 мм толщиной. Чеснок перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают на мелкие кусочки 2-3 мм

длиной и 1-2 мм толщиной. Проростки пшеницы смешивают с томатной пастой и перемалывают. Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, перемешивают с луком, чесноком, затем добавляют томатную пасту и вымешивают. Половину картофеля выкладывают на смазанный маслом противень слоем 1-1,5 см, разравнивают. Затем выкладывают ровным слоем мясо с овощами, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивания посыпают мелко натертым сыром. Запекают 18-20 мин при температуре 250-280 С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность запеканки ровная, с легкой румяной корочкой; консистенция – картофель мягкий, мясо сочное; вкус, цвет и запах – картофеля с мясом.

ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ

Номер рецептуры: 54-21м (от 1 до 3 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	51,5	45,6	8	6,4	0	89,7								
молоко	8,4	8,4	0,2	0,2	0,4	4								
лук репчатый	7,5	6	0,1	0	0,4	2,2								
крупа рисовая	6	6	0,4	0,1	4	18,2								
масло подсолнечное	2,4	2,4	0	2,1	0	19								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		34,4×2												
Выход:		60	8,7	8,8	4,8	133,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0,02	0,05	0	0	0	23	123	3,6	8,7	75	1,07	3,3	0	29
молоко	0	0,01	1,11	0	0,04	3,2	10,2	8,9	1	6,6	0,01	0,8	0,15	1,7
лук репчатый	0	0	0	0	0,24	0,2	8,71	1,6	0,7	3	0,04	0,2	0,03	1,9
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,6	4,98	0,4	2,6	7,8	0,05	0,1	0,8	3
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	100	0,03	1,1	0,1	0,2	0,01	14	0	0
Выход:	0,02	0,06	1,11	0	0,28	126	147	16	13	92	1,18	18	0,98	35

Номер рецептуры: 54-21м (от 3 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
говядина 1 категории	68,7	60,8	10,7	8,5	0	119,6
молоко	11,2	11,2	0,3	0,3	0,5	5,3
лук репчатый	10	8	0,1	0	0,5	2,9
крупа рисовая	8	8	0,5	0,1	5,3	24,3
масло подсолнечное	3,2	3,2	0	2,8	0	25,3
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		45,8×2				
Выход:		80	11,6	11,7	6,4	177,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	говядина 1 категории	0,03	0,07	0	0	0	30	165	4,8	12	99	1,43	4,4	0
молоко	0	0,01	1,48	0	0,05	4,3	13,6	12	1,4	8,8	0,01	1	0,2	2,2
лук репчатый	0	0	0	0	0,32	0,2	11,6	2,2	1	4	0,05	0,2	0,04	2,5
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,7	6,64	0,6	3,5	10	0,07	0,1	1,07	4
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	133	0,04	1,5	0,1	0,3	0,01	18	0	0
Выход:	0,03	0,08	1,48	0	0,37	169	196	21	18	123	1,57	24	1,31	47

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Рис перебирают и промывают, варят рассыпчатую кашу. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают кубиками бланшируют и пассеруют на масле. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, измельчают на мясорубке дважды. В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рис, соль, перемешивают. Разделяют на шарики. Шарики панируют в муке, запекают на противне до образования легкой корочки, заливают молочным безглютеновым соусом (54-бсоус) из расчета 20 грамм соуса на 60 грамм блюда и тушат в жарочном шкафу при температуре 160-200 градусов Цельсия 10-15 минут. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – тефтели в виде шариков с включениями зерен отварного риса (без трещин), пропитаны соусом. Рядом аккуратно уложен гарнир; Цвет тефтелей – от светло-серого до серого со светло-кремовыми включениями, соуса – белый или оранжевый; Вкус, запах – вареного мяса, приятный, слегка солёный.

СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ

Номер рецептуры: 54-22м (от 1 до 3 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Куриная грудка (филе)	61,4	54,3	12,1	0,9	0,2	57,2
Яйцо куриное	10,9	10,9	1,3	1,1	0,1	15,4
Масло сливочное	5,5	5,5	0	3,5	0	31,7
Соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0,0
Выход:		60	13,4	5,5	0,3	104,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	Куриная грудка (филе)	0	0	3	0	0	24,8	132	3,8	40,6	80,8	0,7	3,3	10,9
Яйцо куриное	0	0	17	0	0	11,1	12,7	5,3	1,1	18,2	0,2	2,2	2,9	6,0
Масло сливочное	0	0,0	15	0	0	0,6	1	1,2	0,0	1,4	0,0	0,0	0	0,2
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	96,3	0,0	1,1	0,1	0,2	0,0	13,1	0,0	0,0
Выход:	0,04	0,08	34,7	0,3	0,39	133	146	11	42	101	0,92	19	13,8	77

Номер рецептуры: 54-22м (от 3 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Куриная грудка (филе)	81,9	72,4	16,1	1,2	0,3	76,3								
Яйцо куриное	14,5	14,5	1,7	1,5	0,1	20,5								
Масло сливочное	7,3	7,3	0,1	4,6	0,1	42,3								
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Выход:		80	17,9	7,3	0,4	139,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Куриная грудка (филе)	0	0	3,9	0,0	0,5	33,0	175	5,1	54,2	108	0,9	4,4	14,5	###
Яйцо куриное	0	0,1	22,7	0	0	14,8	16,9	7	1,5	24,3	0,3	2,9	3,9	8
Масло сливочное	0	0	19,6	0,1	0	0,8	1,8	1,5	0	1,9	0	0	0	0,3
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	128	0	1,4	0,1	0,3	0	17,5	0	0
Выход:	0,05	0,11	46,2	0,4	0,52	177	194	15	56	134	1,23	25	18,4	102

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость, отделяя белки от желтков, яичные белки взбивают. Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах, нарезают на куски и кладут в горячую воду, доводят до кипения, затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют соль и варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности. Сваренную курицу пропускают через мясорубку, в массу вводят соус молочный густой (54-бсоус2020) из расчета 15 грамм соуса на 55 грамм куриного мяса, желтки яиц, затем взбивают и вводят белки, взбитые в густую пену, слегка вымешивают снизу-вверх и раскладывают на противень, смазанный маслом, доводят до готовности в пароконвектомате (духовом шкафу) 20- 25 мин.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - паровые изделия правильной формы, без трещин; консистенция - нежная, сочная; вкус характерный для вареной курицы.

ПЮРЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ

Номер рецептуры: 54-23м (от 1 до 3 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Говядина 1 категории	76,6	67,8	11,9	9,6	0,0	133,3								
Соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0								
Вода	120,0	120,0	0,0	0,0	0,0	0,0								
Выход:		60	11,9	9,6	0,0	133,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Говядина 1 категории	0	0	0	0	0	33,5	183	5,4	13	111	1,6	4,9	0	###
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88,3	0	1	0,1	0,2	0	12	0,0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	37	0	0	0	0	0	0,0
Выход:	0,03	0,08	0	0	0	122	183	43	13	111	1,6	17	0	43

Номер рецептуры: 54-23м (от 3 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Говядина 1 категории	102,1	90,4	15,8	12,7	0	177,7								
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Вода	160	160	0	0	0	0								
Выход:		80	15,8	12,7	0	177,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	44,7	245	7,2	17,3	148	2,1	6,5	0	###
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0	1,3	0,1	0,3	0	16	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	49,3	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,11	0	0	0	162	245	58	17	148	2,13	23	0	57

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски по 75-100 гр. Подготовленное мясо закладывают в горячую воду и варят при слабом кипении 2 часа. Соль кладут в бульон за 15-20 минут до готовности мяса. Готовность мяса проверяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок. Готовое мясо охлаждают, пропускают через мясорубку дважды. Добавляют кипяченую воду или мясной бульон, соль, хорошо вымешивают и доводят до кипения

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция – мягкая, упругая; цвет, запах и вкус – мясной.

ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ**Номер рецептуры: 54-24м (от 1 до 3 лет) – для детей с целиакией**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	109,8	97,2	17	13,7	0	191,1								
лук репчатый	2,7	2,4	0	0	0,2	0,9								
морковь	3	2,4	0	0	0,2	0,7								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	171,6	171,6	0	0	0	0								
Выход:		60	17	13,7	0,4	192,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0,04	0,12	0	0	0	48	263	7,7	19	159	2,28	7	0	61
лук репчатый	0	0	0	0	0,1	0,1	3,49	0,7	0,3	1,2	0,02	0,1	0,01	0,7
морковь	0	0	28,8	0	0,05	0,4	3,98	0,6	0,8	1,2	0,01	0,1	0	1,3
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,12	28,8	0	0,15	166	271	10	20	162	2,32	23	0,01	63

Номер рецептуры: 54-24м (от 3 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	146,4	129,6	22,7	18,3	0	254,8								
лук репчатый	3,6	3,2	0	0	0,3	1,2								
морковь	4	3,2	0	0	0,3	0,9								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	228,8	228,8	0	0	0	0								
Выход:		80	22,7	18,3	0,5	257,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0,05	0,16	0	0	0	64	351	10	25	212	3,04	9,3	0	82
лук репчатый	0	0	0	0	0,13	0,1	4,65	0,9	0,4	1,6	0,03	0,1	0,01	1
морковь	0	0	38,4	0	0,07	0,5	5,31	0,8	1,1	1,5	0,01	0,2	0	1,8
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	157	0,04	1,7	0,1	0,3	0,01	21	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,16	38,4	0	0,2	222	361	14	26	215	3,09	31	0,01	84

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски по 75-100 гр. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Подготовленное мясо закладывают в горячую воду и варят при слабом кипении 2 часа, при варке добавляют лук и морковь. Соль кладут в бульон за 15-20 минут до готовности мяса. Готовность мяса проверяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок. Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куску на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят в нем мясо до отпуска при температуре 50- 60 градусов в закрытой посуде.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – мясо нарезано ровными кусочками; консистенция – мягкая, упругая; цвет, запах и вкус – мясной.

КУРИЦА ОТВАРНАЯ

Номер рецептуры: 54-25м (от 1 до 3 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
куриная грудка (филе)	97,6	86,4	19,2	1,4	0,3	90,9
лук репчатый	2,7	2,4	0	0	0,2	0,9
петрушка (зелень)	2,7	2,4	0,1	0	0,2	1,1
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
вода	216	216	0	0	0	0
Выход:		60	19,3	1,4	0,7	92,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
куриная грудка (филе)	0,04	0,05	4,67	0	0,62	39	209	6,1	65	129	1,05	5,2	17,3	112
лук репчатый	0	0	0	0	0,1	0,1	3,49	0,7	0,3	1,2	0,02	0,1	0,01	0,7
петрушка (зелень)	0	0	13,7	0	1,44	0,6	15,9	5,2	1,8	2	0,04	0,1	0	5,5
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,05	18,4	0	2,16	128	229	13	67	132	1,12	17	17,4	119

Номер рецептуры: 54-25м (от 3 до 7 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
куриная грудка (филе)	130,1	115,2	25,6	1,9	0,4	121,2
лук репчатый	3,6	3,2	0	0	0,3	1,2
петрушка (зелень)	3,6	3,2	0,1	0	0,3	1,5
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	288	288	0	0	0	0
Выход:		80	25,7	1,9	0,9	123,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
куриная грудка (филе)	0,05	0,07	6,23	0	0,83	53	279	8,1	86	171	1,4	6,9	23,1	150
лук репчатый	0	0	0	0	0,13	0,1	4,65	0,9	0,4	1,6	0,03	0,1	0,01	1
петрушка (зелень)	0	0	18,2	0	1,92	0,8	21,3	6,9	2,4	2,6	0,05	0,1	0	7,4
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,07	24,5	0	2,88	171	305	17	89	176	1,49	23	23,1	158

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски и кладут в горячую воду, доводят до кипения, затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанную зелень, лук, соль и варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего мясо вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порции. Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения и кипятят 5-7 минут. Хранят отварную птицу на мармите не более 2 часов. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – аккуратно нарубленные куски отварной птицы; консистенция: нежная, сочная; цвет - светло-кремовый или серовато-белый; вкус и запах - характерный для отварной птицы, умеренно соленый; консистенция – нежная, мягкая, сочная.

ПЕЧЕНЬ ТЕРТАЯ

Номер рецептуры: 54-26м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
печень говяжья	46,2	44,4	7,5	1,4	2,1	51,5								
лук репчатый	20	16	0,2	0	1,2	5,9								
яйцо куриное	6,6	6	0,7	0,6	0	8,5								
масло сливочное	18	18	0,1	11,5	0,2	104,8								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		85,6												
Выход:		60	8,5	13,6	3,6	170,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
печень говяжья	0,1	0,78	2229	0	5,86	35	102	3,5	7	121	2,66	2,8	15,5	102
лук репчатый	0,01	0	0	0	0,64	0,5	23,2	4,4	2	8,1	0,11	0,5	0,08	5
яйцо куриное	0	0,02	9,36	0,14	0	6,1	6,98	2,9	0,6	10	0,13	1,2	1,65	3,3
масло сливочное	0	0,02	48,6	0,23	0	2,1	4,49	3,8	0	4,7	0,03	0	0,15	0,5
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
Выход:	0,11	0,82	2287	0,37	6,5	161	137	16	9,6	144	2,94	20	17,4	111

Номер рецептуры: 54-26м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
печень говяжья	61,6	59,2	9,96	1,93	2,86	68,6								
лук репчатый	26,7	21,3	0,28	0,04	1,59	7,8								
яйцо куриное	8,8	8	0,96	0,81	0,05	11,3								
масло сливочное	24	24	0,18	15,31	0,28	139,7								
соль поваренная йодированная	0,53	0,53	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		114,1												
Выход:		80	11,38	18,09	4,78	227,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
печень говяжья	0,13	1,04	2972	0	7,81	47	136	4,7	9,3	162	3,55	3,7	20,7	136
лук репчатый	0,01	0	0	0	0,85	0,7	31	5,8	2,6	11	0,15	0,6	0,1	6,6
яйцо куриное	0	0,03	12,5	0,18	0	8,2	9,3	3,9	0,8	13	0,17	1,6	2,2	4,4
масло сливочное	0	0,02	64,8	0,31	0	2,7	5,98	5,1	0	6,3	0,04	0	0,2	0,7
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	157	0,04	1,7	0,1	0,4	0,01	21	0	0
Выход:	0,14	1,09	3049	0,49	8,66	215	182	21	13	192	3,92	27	23,2	148

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Печень промывают, очищают от пленок, нарезают на куски, затем варят до готовности и протирают. Подготовленный лук репчатый мелко нарезают и пассеруют на сливочном масле (5 грамм). Подготовленные (обработанные) яйца отваривают, мелко рубят. Все компоненты соединяют, добавляют оставшееся размягченное сливочное масло, йодированную соль и тщательно перемешивают. Формуют в виде батона.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – порционные куски ровные, без трещин; консистенция – мягкая; масса однородная; вкус и запах – соответствует входящим в состав продуктам.

РАГУ ИЗ КУРИЦЫ
Номер рецептуры: 54-27м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	74,3	54,6	1	0,2	8,1	38,2
куриная грудка (филе)	56,3	49,8	11	0,8	0,2	52,4
морковь	14,3	11,4	0,1	0	0,7	3,5
лук репчатый	8,6	6,9	0,1	0	0,5	2,5
петрушка (зелень)	2,3	1,8	0,1	0	0,1	0,8
томатное пюре	4,2	4,2	0,1	0	0,5	2,4
мука пшеничная высший сорт	0,7	0,7	0,1	0	0,4	2
масло подсолнечное	3,6	3,6	0	3,2	0	28,5
лавровый лист	0	0	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
Масса гарнира и соуса:		85,8				
Выход:		120	12,5	4,2	10,6	130,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	картофель	0,05	0,03	0,98	0	4,37	2,1	257	4,8	11	28	0,43	2,7	0,13
куриная грудка (филе)	0,02	0,03	2,69	0	0,36	23	121	3,5	37	74	0,61	3	9,99	65
морковь	0,01	0,01	137	0	0,23	1,8	18,9	2,7	3,8	5,5	0,07	0,6	0,01	6,3
лук репчатый	0	0	0	0	0,28	0,2	10	1,9	0,8	3,5	0,05	0,2	0,03	2,1
петрушка (зелень)	0	0	10,3	0	1,08	0,5	12	3,9	1,3	1,5	0,03	0,1	0	4,1
томатное пюре	0	0	5,04	0	0,44	0,3	23,4	0,7	1,7	2,6	0,07	0	0,02	0
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	0,67	0,1	0,1	0,5	0,01	0	0,04	0,1
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,04	0	0,01	0	0,08	0,1	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	19	0	0
Выход:	0,08	0,07	156	0	6,76	169	443	19	56	116	1,28	26	10,2	94

Номер рецептуры: 54-27м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	92,9	68,3	1,3	0,2	10,1	47,8
куриная грудка (филе)	70,4	62,3	13,8	1,1	0,2	65,5
морковь	17,9	14,3	0,2	0	0,9	4,4
лук репчатый	10,8	8,6	0,2	0	0,7	3,2
петрушка (зелень)	2,9	2,3	0,1	0	0,2	1
томатное пюре	5,3	5,3	0,2	0	0,6	3
мука пшеничная высший сорт	0,8	0,8	0,1	0	0,5	2,6
масло подсолнечное	4,5	4,5	0	4	0	35,6
лавровый лист	0	0	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
Масса гарнира и соуса:		107,3				
Выход:		150	15,7	5,3	13,2	163,1

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	картофель	0,06	0,04	1,23	0	5,46	2,6	322	6	14	34	0,53	3,4	0,16
куриная грудка (филе)	0,03	0,04	3,36	0	0,45	28	151	4,4	47	93	0,76	3,7	12,5	81
морковь	0,01	0,01	171	0	0,29	2,3	23,7	3,4	4,7	6,8	0,09	0,7	0,02	7,8
лук репчатый	0	0	0	0	0,35	0,3	12,5	2,4	1,1	4,4	0,06	0,3	0,04	2,7
петрушка (зелень)	0	0	12,8	0	1,35	0,6	14,9	4,9	1,7	1,9	0,04	0,1	0	5,2
томатное пюре	0	0	6,3	0	0,55	0,4	29,2	0,9	2,1	3,2	0,09	0	0,03	0
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	0,83	0,1	0,1	0,6	0,01	0	0,05	0,2
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,05	0	0,01	0	0,1	0,2	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,05	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
Выход:	0,1	0,08	195	0	8,45	211	554	24	70	144	1,6	32	12,8	117

Способ обработки: тушение.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 30-35 г., посыпают солью, заливают горячей водой в количестве 20-30% от массы набора продуктов, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 20 мин. Бульон, оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус, которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют нарезанные кусочками картофель, морковь, лук, соль, петрушку и тушат 20-25 мин.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - мясо вместе с соусом и гарниром уложены в баранчик, овощи сохранили форму нарезки; консистенция - сочная, мягкая; вкус и запах - свойственный тушеному мясу птицы, томата и овощей.

БИТОЧЕК ИЗ КУРИЦЫ

Номер рецептуры: 54-28м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
куриная грудка (филе)	101,3	89,6	19,8	1,4	0,3	94,2
молоко	20,6	20,6	0,6	0,5	1	9,9
хлеб пшеничный	14,9	14,9	1,1	0,2	6,7	31,8
сухари панировочные	13,3	13,3	1,4	0,2	8,2	39,7
масло подсолнечное	3,4	3,4	0	2,9	0	26,6
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
вода	13,6	13,6	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		140,8				
Выход:		120	23	5,1	16,2	202,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
куриная грудка (филе)	0,05	0,05	4,83	0	0,64	41	217	6,3	67	133	1,09	5,38	18	116
молоко	0	0,03	2,72	0	0,11	7,8	25	22	2,5	16	0,02	1,86	0,37	4,1
хлеб пшеничный	0,02	0	0	0	0	56	11,5	2,6	1,8	8,4	0,14	0,48	0,78	2,2
сухари панировочные	0,02	0,02	0	0	0	54	20,9	3,6	5,4	14	0,38	0	2,94	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	94	0,02	1	0,1	0,2	0,02	12,8	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,08	0,1	7,55	0	0,75	253	275	35	77	172	1,65	20,5	22,1	123

Номер рецептуры: 54-28м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
куриная грудка (филе)	126,6	112	24,8	1,8	0,4	117,8
молоко	25,8	25,8	0,8	0,6	1,2	12,4
хлеб пшеничный	18,6	18,6	1,4	0,2	8,4	39,8
сухари панировочные	16,6	16,6	1,8	0,2	10,2	49,6
масло подсолнечное	4,2	4,2	0	3,6	0	33,2
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
вода	17	17	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		176				
Выход:		150	28,8	6,4	20,2	252,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
куриная грудка (филе)	0,06	0,06	6,04	0	0,8	51	271	7,9	84	167	1,36	6,72	22,5	146
молоко	0	0,04	3,4	0	0,14	9,8	31,3	27	3,1	20	0,02	2,32	0,46	5,2
хлеб пшеничный	0,02	0	0	0	0	71	14,4	3,3	2,3	11	0,18	0,6	0,98	2,7
сухари панировочные	0,02	0,02	0	0	0	67	26,2	4,5	6,8	18	0,48	0	3,68	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,02	1,3	0,1	0,3	0,02	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,1	0,12	9,44	0	0,94	316	343	44	96	216	2,06	25,6	27,6	153

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в воде с молоком, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют биточки кругло-приплюснутой формы шириной 2-2,5 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: куриного мяса.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ КУРИЦЫ

Номер рецептуры: 54-29м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
куриная грудка (филе)	101,3	89,6	19,8	1,4	0,3	94,2								
молоко	20,6	20,6	0,6	0,5	1	9,9								
хлеб пшеничный	14,9	14,9	1,1	0,2	6,7	31,8								
сухари панировочные	13,3	13,3	1,4	0,2	8,2	39,7								
масло подсолнечное	3,4	3,4	0	2,9	0	26,6								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
вода	13,6	13,6	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		140,8												
Выход:		120	23	5,1	16,2	202,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
куриная грудка (филе)	0,05	0,05	4,83	0	0,64	41	217	6,3	67	133	1,09	5,38	18	116
молоко	0	0,03	2,72	0	0,11	7,8	25	22	2,5	16	0,02	1,86	0,37	4,1
хлеб пшеничный	0,02	0	0	0	0	56	11,5	2,6	1,8	8,4	0,14	0,48	0,78	2,2
сухари панировочные	0,02	0,02	0	0	0	54	20,9	3,6	5,4	14	0,38	0	2,94	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	94	0,02	1	0,1	0,2	0,02	12,8	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,08	0,1	7,55	0	0,75	253	275	35	77	172	1,65	20,5	22,1	123

Номер рецептуры: 54-29м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
	брутто	нетто	г	г	г	ккал	
куриная грудка (филе)	126,6	112	24,8	1,8	0,4	117,8	
молоко	25,8	25,8	0,8	0,6	1,2	12,4	
хлеб пшеничный	18,6	18,6	1,4	0,2	8,4	39,8	
сухари панировочные	16,6	16,6	1,8	0,2	10,2	49,6	
масло подсолнечное	4,2	4,2	0	3,6	0	33,2	
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0	
вода	17	17	0	0	0	0	
Масса полуфабриката:		176					
Выход:		150	28,8	6,4	20,2	252,8	

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
куриная грудка (филе)	0,06	0,06	6,04	0	0,8	51	271	7,9	84	167	1,36	6,72	22,5	146
молоко	0	0,04	3,4	0	0,14	9,8	31,3	27	3,1	20	0,02	2,32	0,46	5,2
хлеб пшеничный	0,02	0	0	0	0	71	14,4	3,3	2,3	11	0,18	0,6	0,98	2,7
сухари панировочные	0,02	0,02	0	0	0	67	26,2	4,5	6,8	18	0,48	0	3,68	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,02	1,3	0,1	0,3	0,02	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,1	0,12	9,44	0	0,94	316	343	44	96	216	2,06	25,6	27,6	153

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в воде с молоком, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют шницели плоскоооальной формы толщиной 1 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция - пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: куриного мяса.

КУРИЦА ТУШЕНАЯ С МОРКОВЬЮ **Номер рецептуры: 54-30м (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
куриная грудка (филе)	80,6	71,4	15,8	1,2	0,2	75,1
морковь	34,1	27,2	0,4	0	1,7	8,4
лук репчатый	15,5	12,4	0,1	0	1	4,6
сметана	10,9	10,9	0,2	1,4	0,4	15,5
мука пшеничная высший сорт	3,2	3,2	0,4	0	2	9,8
масло сливочное	2,2	2,2	0	1,3	0	12,6
масло подсолнечное	3,2	3,2	0	2,9	0	25,7
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0
вода	48	48	0	0	0	0
Выход:		120	16,9	6,8	5,3	151,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
куриная грудка (филе)	0,04	0,04	3,85	0	0,52	33	173	5	53	106	0,86	4,28	14,3	93
морковь	0,01	0,01	327	0	0,54	4,3	45,2	6,5	9	13	0,17	1,36	0,02	15
лук репчатый	0	0	0	0	0,49	0,4	18	3,4	1,5	6,2	0,08	0,37	0,06	3,8
сметана	0	0,01	7,01	0	0,01	3,3	10,5	8,5	0,9	5,7	0,02	0,98	0,04	1,5
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	3,28	0,5	0,5	2,4	0,04	0,05	0,17	0,7
масло сливочное	0	0	5,83	0,02	0	0,3	0,54	0,5	0	0,6	0	0	0,02	0,1
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	258	0,06	2,8	0,2	0,6	0,02	35	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,06	344	0,02	1,56	299	251	27	65	135	1,2	42,1	14,6	114

Номер рецептуры: 54-30м (от 3 до 7)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
куриная грудка (филе)	100,8	89,3	19,8	1,5	0,3	93,9
морковь	42,6	34,1	0,5	0	2,1	10,5
лук репчатый	19,4	15,5	0,2	0	1,2	5,7
сметана	13,7	13,7	0,3	1,8	0,5	19,4
мука пшеничная высший сорт	4,1	4,1	0,5	0	2,6	12,3
масло сливочное	2,7	2,7	0	1,7	0	15,8
масло подсолнечное	4,1	4,1	0	3,6	0	32,1
соль поваренная йодированная	1,1	1,1	0	0	0	0
вода	60	60	0	0	0	0
Выход:		150	21,2	8,6	6,6	189,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
куриная грудка (филе)	0,05	0,05	4,82	0	0,65	41	216	6,3	67	133	1,08	5,36	17,9	116
морковь	0,02	0,02	409	0	0,68	5,4	56,5	8,1	11	16	0,21	1,7	0,03	19
лук репчатый	0	0	0	0	0,62	0,5	22,4	4,2	1,9	7,8	0,11	0,47	0,08	4,8
сметана	0	0,02	8,76	0	0,02	4,2	13,1	11	1,1	7,1	0,03	1,23	0,05	1,9
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	4,1	0,6	0,6	3	0,05	0,06	0,21	0,9
масло сливочное	0	0	7,29	0,03	0	0,3	0,68	0,6	0	0,7	0	0	0,03	0,1
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	322	0,08	3,5	0,2	0,7	0,03	43,8	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,06	0,08	429	0,03	1,95	373	313	34	82	169	1,5	52,6	18,3	142

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах, нарезают порционными кусками, панируют в муке, кладут на предварительно смазанный противень и запекают. Подготовленные овощи нарезают соломкой и припускают. Порционные куски запеченной курицы кладут в сотейник, добавляют подготовленные овощи, немного воды, закрывают крышкой и тушат до полуготовности, затем заливают подготовленным соусом сметанным и доводят до готовности. Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу при температуре 120 градусов С, не допуская изменения ее цвета, охлаждают до 70 градусов С, растирают со сливочным маслом, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы.

Затем заливают оставшейся водой и варят до готовности. В конце варки добавляют соль. Горячий процеженный соус соединяют со сметаной, доведенной до кипения, и варят 3-5 мин.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – курица нарезана кубиками, консистенция – курица мягкая, овощи сохранили форму, цвет – курица на разрезе белого цвета, поверхность кусочков – розоватая, цвета соуса, вкус и запах – куриного мяса.

ПЛОВ ИЗ БУЛГУРА С КУРИЦЕЙ

Номер рецептуры: 54-31м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
булгур	38,4	38,4	4,4	0,4	22,1	110,3								
куриная грудка (филе)	36,6	32,4	7,2	0,5	0,1	34,1								
морковь	11,3	9	0,1	0	0,5	2,8								
лук репчатый	7,5	6	0,1	0	0,4	2,2								
масло подсолнечное	4,8	4,8	0	4,2	0	38								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
Масса булгура с овощами в готовом блюде:	88,2													
Выход:		120	11,8	5,2	23,2	187,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
булгур	0,05	0,03	0	0	0	5	131	12	55	100	0,82	0	0,78	0
куриная грудка (филе)	0,02	0,02	1,75	0	0,23	15	78,5	2,3	24	48	0,4	1,94	6,5	42
морковь	0,01	0,01	108	0	0,18	1,4	14,9	2,1	3	4,3	0,05	0,45	0,01	5
лук репчатый	0	0	0	0	0,24	0,2	8,72	1,6	0,7	3	0,04	0,18	0,02	1,9
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
Масса булгура с овощами в готовом блюде:														
Выход:	0,08	0,05	110	0	0,65	198	233	20	83	156	1,33	26,6	7,31	49

Номер рецептуры: 54-31м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
	брутто	нетто	г	г	г	ккал	
булгур	48	48	5,6	0,5	27,7	137,9	
куриная грудка (филе)	45,8	40,5	9	0,7	0,2	42,6	
морковь	14,1	11,3	0,2	0	0,7	3,5	
лук репчатый	9,4	7,5	0,1	0	0,5	2,8	
масло подсолнечное	6	6	0	5,3	0	47,5	
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0	
Масса булгура с овощами в готовом блюде:	110,3						
Выход:		150	14,8	6,5	29	234,2	

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
булгур	0,07	0,04	0	0	0	6,2	163	15	68	125	1,03	0	0,98	0	
куриная грудка (филе)	0,02	0,02	2,19	0	0,29	18	98,2	2,9	30	60	0,5	2,43	8,12	53	
морковь	0,01	0,01	135	0	0,23	1,8	18,7	2,7	3,7	5,4	0,07	0,56	0,01	6,2	
лук репчатый	0	0	0	0	0,3	0,2	10,9	2	0,9	3,8	0,05	0,23	0,03	2,3	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0	
Масса булгура с овощами в готовом блюде:															
Выход:	0,1	0,07	137	0	0,82	247	291	25	104	195	1,67	33,2	9,14	61	

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Булгур перебирают и промывают.

Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают кубиками.

Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на растительном масле с добавлением воды.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 20-30 г. Нарезанное кусочками мясо птицы тушат в небольшом количестве воды с добавлением соли, кладут пассерованные лук и морковь. Мясо и овощи заливают

водой, доводят до кипения, всыпают промытый булгур, кладут лавровый лист и варят до готовности. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с крупой и овощами.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки, набухшие; консистенция - мясо мягкое, крупа рассыпчатая; вкус и запах: свойственные плову с булгуром.

КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ

Номер рецептуры: 54-32м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	136,8	109,4	1,9	0,1	4,7	27
куриная грудка (филе)	40,6	35,9	8	0,6	0,1	37,7
лук репчатый	5,7	4,6	0,1	0	0,4	1,7
морковь	2,4	1,9	0	0	0,1	0,6
томатное пюре	2,3	2,3	0,1	0	0,2	1,3
мука пшеничная высший сорт	1,1	1,1	0,1	0	0,7	3,5
масло подсолнечное	4,8	4,8	0	4,2	0	38
лавровый лист	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
Выход:		120	10,1	4,9	6,2	109,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
капуста белокочанная	0,02	0,04	1,97	0	19,7	11	273	46	15	30	0,57	3,28	0,29	11	
куриная грудка (филе)	0,02	0,02	1,94	0	0,26	16	87	2,5	27	53	0,44	2,15	7,2	47	
лук репчатый	0	0	0	0	0,18	0,1	6,62	1,2	0,6	2,3	0,03	0,14	0,02	1,4	
морковь	0	0	23	0	0,04	0,3	3,19	0,5	0,6	0,9	0,01	0,1	0	1,1	
томатное пюре	0	0	2,74	0	0,24	0,2	12,7	0,4	0,9	1,4	0,04	0	0,01	0	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,15	0,2	0,2	0,9	0,01	0,02	0,06	0,3	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	
лавровый лист	0	0	0,01	0	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	19,2	0	0	
Выход:	0,04	0,05	29,7	0	20,4	169	383	53	44	89	1,12	24,9	7,58	60	

Номер рецептуры: 54-32м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	171	136,8	2,3	0,2	5,9	33,8
куриная грудка (филе)	50,7	44,9	10	0,8	0,2	47,2
лук репчатый	7,1	5,7	0,1	0	0,5	2,1
морковь	3	2,4	0	0	0,2	0,8
томатное пюре	2,9	2,9	0,1	0	0,3	1,6
мука пшеничная высший сорт	1,4	1,4	0,2	0	0,9	4,4
масло подсолнечное	6	6	0	5,3	0	47,5
лавровый лист	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
Выход:		150	12,6	6,2	7,8	137,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
капуста белокочанная	0,03	0,05	2,46	0	24,6	14	341	58	19	37	0,71	4,1	0,36	14	
куриная грудка (филе)	0,02	0,02	2,42	0	0,32	20	109	3,2	34	67	0,55	2,69	9	58	
лук репчатый	0	0	0	0	0,23	0,2	8,28	1,6	0,7	2,9	0,04	0,17	0,02	1,8	
морковь	0	0	28,8	0	0,05	0,4	3,98	0,6	0,8	1,1	0,02	0,12	0	1,3	
томатное пюре	0	0	3,42	0	0,3	0,2	15,8	0,5	1,1	1,7	0,05	0	0,02	0	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,44	0,2	0,2	1,1	0,02	0,02	0,08	0,3	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	
лавровый лист	0	0	0,02	0	0	0	0,03	0,1	0	0	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,05	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0	
Выход:	0,05	0,07	37,1	0	25,5	211	479	66	56	111	1,4	31,1	9,47	75	

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют соломкой с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Лук и морковь пассеруют. Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду, растительное масло, пассерованную томат-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, солью и вновь доводят до кипения. Куски мяса массой 30-40 г запекают, добавляют соль, соединяют с тушеной капустой и тушат до готовности.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – характерный данному блюду, консистенция: мяса и капусты - мягкая, нежная; вкус и запах: тушеного мяса птицы, овощей и капусты.

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИЦЫ

Номер рецептуры: 54-33м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	84,7	62,3	1,2	0,2	9,2	43,6								
куриная грудка (филе)	68,5	60,6	13,4	1	0,2	63,8								
лук репчатый	10,3	8,3	0,1	0	0,6	3,1								
томатное пюре	3,9	3,9	0,1	0	0,4	2,2								
масло сливочное	3,9	3,9	0	2,5	0,1	22,7								
лавровый лист	0	0	0	0	0	0,1								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
Масса курицы в готовом блюде:		38,2												
Масса готовых овощей:		81,8												
Выход:		120	14,9	3,7	10,6	135,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,05	0,04	1,12	0	4,98	2,4	294	5,5	12	31	0,49	3,11	0,14	19
куриная грудка (филе)	0,03	0,04	3,27	0	0,44	28	147	4,3	45	90	0,74	3,64	12,2	79
лук репчатый	0	0	0	0	0,33	0,3	12	2,3	1	4,2	0,06	0,25	0,04	2,6
томатное пюре	0	0	4,68	0	0,41	0,3	21,7	0,7	1,6	2,4	0,07	0	0,02	0
масло сливочное	0	0,01	10,5	0,05	0	0,4	0,97	0,8	0	1	0,01	0	0,04	0,1
лавровый лист	0	0	0,03	0	0	0	0,07	0,1	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	19,2	0	0
Масса курицы в готовом блюде:														
Масса готовых овощей:														
Выход:	0,08	0,08	19,6	0,05	6,16	172	475	15	60	129	1,37	26,2	12,4	100

Номер рецептуры: 54-33м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	105,9	77,9	1,5	0,3	11,6	54,5								
куриная грудка (филе)	85,6	75,8	16,8	1,3	0,3	79,7								
лук репчатый	12,9	10,4	0,2	0	0,8	3,8								
томатное пюре	4,9	4,9	0,2	0	0,5	2,8								
масло сливочное	4,9	4,9	0	3,1	0,1	28,4								
лавровый лист	0	0	0	0	0	0,1								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
Масса курицы в готовом блюде:		47,7												
Масса готовых овощей:		102,3												
Выход:		150	18,6	4,7	13,2	169,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,07	0,05	1,4	0	6,23	3	367	6,8	16	39	0,61	3,89	0,18	23
куриная грудка (филе)	0,04	0,05	4,09	0	0,55	35	184	5,3	57	113	0,92	4,55	15,2	98
лук репчатый	0	0	0	0	0,41	0,3	15	2,8	1,3	5,2	0,08	0,31	0,05	3,2
томатное пюре	0	0	5,85	0	0,51	0,4	27,1	0,9	2	3	0,08	0	0,03	0
масло сливочное	0	0,01	13,2	0,06	0	0,6	1,22	1	0	1,3	0,01	0	0,05	0,1
лавровый лист	0	0	0,04	0	0	0	0,08	0,1	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,05	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
Масса курицы в готовом блюде:														
Масса готовых овощей:														
Выход:	0,11	0,1	24,5	0,06	7,7	215	594	19	76	162	1,72	32,7	15,5	125

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками, бланшируют, пассеруют с добавлением масла сливочного. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, поперек волокон порционно из расчета по 2 куску на порцию, массой по 30-40 г, мясо запекают до образования легкой румяной корочки. Запеченное мясо и овощи кладут в электросковороду слоями, чтобы сверху и снизу мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и воду (продукты должны быть покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса и овощи сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус и запах - свойственные тушеному мясу и овощам.

КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ

Номер рецептуры: 54-34м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	54,2	48	8,4	6,8	0	94,4								
крупа рисовая	5,4	5,4	0,4	0,1	3,6	16,4								
молоко	6,6	6,6	0,2	0,2	0,3	3,2								
масло сливочное	4,2	4,2	0	2,7	0,1	24,5								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		21,3×4												
Выход:		60	8,9	9,7	4	138,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0,02	0,06	0	0	0	24	130	3,8	9,2	79	1,13	3,46	0	30
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,5	4,49	0,4	2,3	7,1	0,05	0,08	0,72	2,7
молоко	0	0,01	0,87	0	0,04	2,5	8	7	0,8	5,2	0,01	0,59	0,11	1,3
масло сливочное	0	0,01	11,3	0,05	0	0,5	1,04	0,9	0	1,1	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,02	0,8	0	0,2	0,01	9,6	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,02	0,08	12,2	0,05	0,04	98	143	13	12	92	1,19	13,7	0,87	34

Номер рецептуры: 54-34м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	72,3	64	11,2	9	0	125,9								
крупа рисовая	7,2	7,2	0,5	0,1	4,8	21,9								
молоко	8,8	8,8	0,2	0,2	0,4	4,2								
масло сливочное	5,6	5,6	0	3,6	0,1	32,6								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		21,3×5												
Выход:		80	11,9	12,9	5,3	184,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0,03	0,08	0	0	0	32	173	5,1	12	105	1,5	4,61	0	40
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,7	5,98	0,5	3,1	9,4	0,06	0,1	0,96	3,6
молоко	0	0,01	1,16	0	0,05	3,3	10,7	9,3	1,1	6,9	0,01	0,79	0,15	1,8
масло сливочное	0	0,01	15,1	0,07	0	0,6	1,39	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	94	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12,8	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,03	0,1	16,3	0,07	0,05	130	191	17	17	123	1,59	18,3	1,16	46

Технология приготовления: варка.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски по 75-100 гр., измельчают на мясорубке. Рис перебирают и промывают, отваривают. Измельчённое мясо смешивают с остывшей рисовой кашей и дважды измельчают в мясорубке. Затем массу взбивают, постепенно добавляя молоко и растопленное сливочное масло. В конце взбивания добавляют соль. Кусочек хорошо взбитой кнельной массы не

тонет в воде. Готовую кнельную массу разделяют на клецки (кнели) по 20-25 г., раскладывают в емкости, смазанные сливочным маслом в один ряд, и варят на пару 15-20 минут или припускают с добавлением воды при закрытой крышке 10-12 минут до готовности.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Консистенция - сочная, пышная, на разрезе однородная; вкус - в меру соленый.

ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ ПО-КУНЦЕВСКИ

Номер рецептуры: 54-35м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
печень говяжья	50	48	8,1	1,6	2,3	55,7								
яйцо куриное	11,3	10,2	1,2	1,1	0,1	14,4								
мука пшеничная высший сорт	10,2	10,2	1,1	0,2	6,5	31,1								
морковь	8,3	6,6	0,1	0	0,5	2								
масло сливочное	6,5	6,5	0,1	4,1	0,1	37,4								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		54,5×1												
Выход:		60	10,5	6,9	9,5	140,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
печень говяжья	0,11	0,84	2410	0	6,34	38	110	3,8	7,5	131	2,88	3,02	16,8	110
яйцо куриное	0,01	0,04	15,9	0,23	0	10	11,9	4,9	1,1	17	0,23	2,04	2,75	5,6
мука пшеничная высший сорт	0,02	0	0	0	0	0,2	10,3	1,6	1,4	7,6	0,11	0,15	0,54	2,2
морковь	0	0	79,2	0	0,14	1,1	11	1,6	2,2	3,2	0,04	0,33	0,01	3,6
масло сливочное	0	0,01	17,3	0,08	0	0,7	1,6	1,4	0	1,7	0,01	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,02	0,8	0	0,2	0,01	9,6	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,13	0,89	2522	0,31	6,47	121	145	14	12	161	3,26	15,1	20,1	122

Номер рецептуры: 54-35м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
печень говяжья	66,6	64	10,8	2,1	3,1	74,2
яйцо куриное	15	13,6	1,6	1,4	0,1	19,2
мука пшеничная высший сорт	13,6	13,6	1,4	0,2	8,7	41,5
морковь	11	8,8	0,1	0	0,6	2,7
масло сливочное	8,6	8,6	0,1	5,5	0,1	49,8
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		54,5×2				
Выход:		80	14	9,2	12,6	187,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	печень говяжья	0,14	1,12	3213	0	8,45	51	147	5,1	10	175	3,84	4,03	22,4
яйцо куриное	0,01	0,05	21,2	0,3	0	14	15,8	6,6	1,4	23	0,3	2,72	3,67	7,5
мука пшеничная высший сорт	0,02	0	0	0	0	0,3	13,8	2,2	1,9	10	0,14	0,2	0,72	3
морковь	0	0	106	0	0,18	1,4	14,6	2,1	2,9	4,2	0,05	0,44	0,01	4,8
масло сливочное	0	0,01	23,1	0,11	0	1	2,13	1,8	0	2,2	0,01	0	0,08	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	94	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12,8	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,17	1,18	3363	0,41	8,63	161	193	19	16	214	4,35	20,2	26,8	163

Технология приготовления: запекание.

Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой, пассеруют. Печень размораживают, очищают от пленок, пропускают через мясорубку, затем соединяют с пассерованной морковью и вновь пропускают через мясорубку, затем добавляют муку, подготовленные яйца. Порционируют и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 градусов С.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, мягкая; цвет - на разрезе серый.

БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ОЛЕНИНЫ

Номер рецептуры: 54-36м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
оленина 1 категории	54,8	48,5	8,9	3,6	0	68,1
сметана	15	15	0,4	2	0,5	21,2
морковь	5,5	4,4	0,1	0	0,3	1,4
лук репчатый	1,5	1,2	0	0	0,1	0,5
петрушка (корень)	1	0,8	0	0	0,1	0,4
мука пшеничная высший сорт	0,8	0,8	0,1	0	0,5	2,4
масло сливочное	0,8	0,8	0	0,5	0	4,6
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	65,6	65,6	0	0	0	0
Масса мясной части готового блюда:		30				
Масса соуса в готовом блюде:		30				
Выход:		60	9,4	6,1	1,5	98,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,11	0,26	2,9	0	0	28	123	4,3	8,9	82	1,14	0	0	0	
сметана	0	0,02	9,63	0	0,02	4,6	14,4	12	1,2	7,8	0,02	1,35	0,05	2,1	
морковь	0	0	52,6	0	0,09	0,7	7,27	1	1,4	2,1	0,03	0,22	0,01	2,4	
лук репчатый	0	0	0	0	0,05	0	1,74	0,3	0,1	0,6	0,01	0,04	0,01	0,4	
петрушка (корень)	0	0	0,01	0	0,11	0	2,21	0,4	0,2	0,5	0,01	0	0	0,9	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	0,79	0,1	0,1	0,6	0,01	0,02	0,04	0,2	
масло сливочное	0	0	2,11	0,01	0	0,1	0,2	0,2	0	0,2	0	0	0,01	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	35	0,01	0,4	0	0,1	0	4,8	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	
Масса мясной части готового блюда:															
Масса соуса в готовом блюде:															
Выход:	0,11	0,28	67,2	0,01	0,27	69	149	39	12	94	1,22	6,42	0,11	5,9	

Номер рецептуры: 54-36м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
оленина 1 категории	73	64,6	11,8	4,8	0	90,8
сметана	20	20	0,5	2,6	0,7	28,3
морковь	7,3	5,8	0,1	0	0,4	1,8
лук репчатый	2	1,6	0	0	0,1	0,6
петрушка (корень)	1,3	1	0	0	0,1	0,5
мука пшеничная высший сорт	1	1	0,1	0	0,7	3,2
масло сливочное	1	1	0	0,7	0	6,1
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	87,4	87,4	0	0	0	0
Масса мясной части готового блюда:		40				
Масса соуса в готовом блюде:		40				
Выход:		80	12,5	8,1	2	131,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,14	0,35	3,87	0	0	38	163	5,7	12	109	1,52	0	0	0	
сметана	0	0,02	12,8	0	0,03	6,1	19,3	15	1,6	10	0,03	1,8	0,07	2,8	
морковь	0	0	70,1	0	0,12	0,9	9,69	1,4	1,9	2,8	0,04	0,29	0,01	3,2	
лук репчатый	0	0	0	0	0,06	0,1	2,32	0,4	0,2	0,8	0,01	0,05	0,01	0,5	
петрушка (корень)	0	0	0,01	0	0,15	0,1	2,95	0,5	0,2	0,7	0,01	0	0	1,1	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,05	0,2	0,1	0,8	0,01	0,02	0,05	0,2	
масло сливочное	0	0	2,81	0,01	0	0,1	0,26	0,2	0	0,3	0	0	0,01	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	47	0,01	0,5	0	0,1	0	6,4	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	27	0	0	0	0	0	0	
Масса мясной части готового блюда:															
Масса соуса в готовом блюде:															
Выход:	0,14	0,37	89,6	0,01	0,36	92	199	51	16	125	1,62	8,56	0,15	7,9	

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Морковь и петрушку отваривают, чистят и протирают.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, отваривают до готовности (готовность определяется выделением бесцветного сока в месте прокола). Вареное мясо очищают от пленок и соединительной ткани, нарезают соломкой длиной 3х3х30 мм.

Мясо соединяют с протертыми овощами, пассерованным луком и заливают сметанным соусом, добавляют соль и тушат 5-10 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Сметанный соус: белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. Приготовление белого соуса: муку подсушивают при температуре 110 -120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов Цельсия, растирают со сливочным маслом,вливают постепенно воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют йодированную соль, затем процеживают и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус - вареного мяса и овощей; запах - вареного мяса, сметаны и овощей.

ГУЛЯШ ИЗ ОЛЕНИНЫ

Номер рецептуры: 54-37м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
оленина 1 категории	62,7	55,5	10,2	4,1	0	78,1
лук репчатый	8,7	7	0,1	0	0,5	2,6
томатное пюре	5,5	5,5	0,2	0	0,6	3,1
мука пшеничная высший сорт	1,9	1,9	0,2	0	1,2	5,7
масло сливочное	3,2	3,2	0	2	0,1	18,8
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	80,3	80,3	0	0	0	0
Масса мясной части готового блюда:		35				
Масса соуса в готовом блюде:		25,1				
Выход:		60	10,7	6,2	2,4	108,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,12	0,3	3,33	0	0	32	140	4,9	10	94	1,31	0	0	0	
лук репчатый	0	0	0	0	0,28	0,2	10,1	1,9	0,8	3,5	0,05	0,21	0,03	2,2	
томатное пюре	0	0	6,57	0	0,57	0,4	30,5	1	2,2	3,3	0,1	0	0,03	0	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,9	0,3	0,3	1,4	0,02	0,03	0,1	0,4	
масло сливочное	0	0	8,71	0,05	0	0,4	0,8	0,7	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	44	0,01	0,5	0	0,1	0,01	6	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	25	0	0	0	0	0	0	
Масса мясной части готового блюда:															
Масса соуса в готовом блюде:															
Выход:	0,12	0,3	18,6	0,05	0,85	78	184	34	13	103	1,49	6,24	0,19	2,7	

Номер рецептуры: 54-37м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
оленина 1 категории	83,6	74	13,6	5,5	0	104,1
лук репчатый	11,6	9,3	0,1	0	0,7	3,4
томатное пюре	7,3	7,3	0,2	0	0,8	4,1
мука пшеничная высший сорт	2,5	2,5	0,3	0	1,6	7,6
масло сливочное	4,3	4,3	0	2,7	0,1	25
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	107	107	0	0	0	0
Масса мясной части готового блюда:		46,6				
Масса соуса в готовом блюде:		33,4				
Выход:		80	14,2	8,2	3,2	144,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,16	0,4	4,44	0	0	43	187	6,5	14	125	1,74	0	0	0	
лук репчатый	0	0	0	0	0,37	0,3	13,5	2,5	1,1	4,7	0,06	0,28	0,04	2,9	
томатное пюре	0	0	8,76	0	0,76	0,6	40,6	1,3	2,9	4,5	0,13	0	0,04	0	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	2,53	0,4	0,4	1,9	0,03	0,04	0,13	0,6	
масло сливочное	0	0	11,6	0,06	0	0,5	1,07	0,9	0	1,1	0,01	0	0,04	0,1	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0,01	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	33	0	0	0	0	0	0	
Масса мясной части готового блюда:															
Масса соуса в готовом блюде:															
Выход:	0,16	0,4	24,8	0,06	1,13	104	245	45	18	137	1,98	8,32	0,25	3,6	

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют, бланшируют, пассеруют с томатным пюре.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, отваривают до полуготовности, очищают от пленок и соединительной ткани, нарезают кубиками по 20-30 г, заливают горячей водой, добавляют пассерованные лук с томатным пюре, соль и тушат в закрытой посуде около 1 часа. Затем бульон сливают.

Муку пассеруют без изменения цвета, разводят охлажденным до 55 градусов Цельсия бульоном, проваривают 7-10 минут, процеживают. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 минут до полной готовности блюда.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус - свойственный тушеному мясу с луком и томатом; запах вареного мяса и овощей.

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ ОЛЕНИНЫ

Номер рецептуры: 54-38м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
крупа рисовая	3	3	0,2	0	2	9,1
оленина 1 категории	27,1	24	4,4	1,8	0	33,8
капуста белокочанная	45	36	0,6	0,1	1,6	8,9
лук репчатый	4,5	3,6	0,1	0	0,2	1,3
масло сливочное	1,8	1,8	0	1,1	0	10,5
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	18	18	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		67,8				
Выход:		60	5,2	3	3,8	63,6

Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
	крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,3	2,49	0,2	1,3	3,9	0,02	0,04	0,4	1,5
оленина 1 категории	0,05	0,13	1,44	0	0	14	60,8	2,1	4,4	41	0,56	0	0	0	
капуста белокочанная	0,01	0,01	0,65	0	6,48	3,6	89,6	15	5	9,7	0,19	1,08	0,1	3,6	
лук репчатый	0	0	0	0	0,14	0,1	5,23	1	0,4	1,8	0,02	0,11	0,02	1,1	
масло сливочное	0	0	4,86	0,02	0	0,2	0,45	0,4	0	0,5	0,01	0	0,02	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	53	0,01	0,6	0	0,1	0,01	7,2	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	5,5	0	0	0	0	0	0	
Масса полуфабриката:															
Выход:	0,06	0,14	6,95	0,02	6,62	71	159	25	11	57	0,81	8,43	0,53	6,3	

Номер рецептуры: 54-38м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
крупа рисовая	4	4	0,2	0	2,7	12,2
оленина 1 категории	36,2	32	5,8	2,4	0	45
капуста белокочанная	60	48	0,8	0,1	2,1	11,8
лук репчатый	6	4,8	0,1	0	0,3	1,8
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,5	0	14
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	24	24	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		90,4				
Выход:		80	7	4	5,1	84,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,4	3,32	0,3	1,7	5,2	0,03	0,06	0,53	2	
оленина 1 категории	0,07	0,18	1,92	0	0	19	81	2,8	5,8	54	0,75	0	0	0	
капуста белокочанная	0,01	0,02	0,86	0	8,64	4,7	120	20	6,7	13	0,25	1,44	0,13	4,8	
лук репчатый	0	0	0	0	0,19	0,1	6,97	1,3	0,6	2,4	0,03	0,14	0,02	1,5	
масло сливочное	0	0	6,48	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0,01	0	0,02	0,1	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,02	0,8	0	0,2	0,01	9,6	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	7,4	0	0	0	0	0	0	
Масса полуфабриката:															
Выход:	0,08	0,19	9,26	0,03	8,83	95	211	33	15	75	1,08	11,2	0,7	8,4	

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Рис промывают, варят рассыпчатую кашу.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют, бланшируют и пассеруют в половинном количестве сливочного масла.

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины, припускают в подсоленной кипящей воде до полуготовности, воду сливают.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, подготовленный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом и капустой. Хорошо вымешивают, формируют порционно, складывают на противень, добавляют воду, сливочное масло и тушат в духовом шкафу (пароконвектомате) 30 минут при температуре 250 градусов Цельсия.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму; консистенция - сочная; вкус и запах - соответствующие тушеному мясу с капустой.

КОТЛЕТА ИЗ ОЛЕНИНЫ

Номер рецептуры: 54-39м (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
оленина 1 категории	72,9	64,5	11,8	4,8	0	90,7
молоко	17,3	17,3	0,5	0,4	0,8	8,3
ламинария листовая	0,7	0,6	0,0	0,0	0,4	1,7
сухари панировочные	8,3	8,3	0,9	0,1	5,1	24,8
хлеб пшеничный	14,3	14,3	1	0,1	6,4	30,6
масло сливочное	5,3	5,3	0	3,4	0,1	30,8
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		98,8				
Выход:		75	14,2	8,8	12,8	186,9

Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,14	0,35	3,87	0	0	38	163	5,7	12	109	1,52	0	0	0	
молоко	0	0,02	2,28	0	0,09	6,6	21	18	2,1	14	0,02	1,56	0,3	3,5	
ламинария листовая	0	0	0,1	0	0	20	1	2,6	1,9	0,2	0	687	0,1	0	
сухари панировочные	0,01	0,01	0	0	0	34	13,1	2,3	3,4	9	0,24	0	1,84	0	
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	54	11	2,5	1,7	8,1	0,14	0,46	0,76	2,1	
масло сливочное	0	0,01	14,3	0,07	0	0,6	1,32	1,1	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0,01	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0	
Масса полуфабриката:															
Выход:	0,2	0,4	20,5	0,1	0,1	211	210	33	21	141	2,0	697	3,1	5,7	

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты овально-приплюснутой формы шириной 1,5-2 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

БИТОЧЕК ИЗ ОЛЕНИНЫ

Номер рецептуры: 54-40м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
Оленина 1 категории	58,3	51,6	9,5	3,9	0	72,6
Сушари панировочные	6,6	6,6	0,7	0,1	4,1	19,8
Хлеб пшеничный	11,4	11,4	0,8	0,1	5,1	24,5
Молоко	13,8	13,8	0,4	0,3	0,6	6,6
Масло сливочное	4,2	4,2	0	2,7	0	24,6
Соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Выход:		60	11,4	7	9,9	148,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Оленина 1 категории	0	0	3	0	0	30	131	5	9	87	1	0	0	0	
Сухари панировочные	0	0	0	0	0	27	10	2	3	7	0	0	1	0	
Хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	43	9	2	1	6	0	0	1	2	
Молоко	0	0	2	0	0	5	17	15	2	11	0	1	0	3	
Масло сливочное	0	0	11	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	47	0	1	0	0	0	6	0	0	
Выход:	0,1	0,3	16	0	0,1	153	168	24	15	113	1,6	8	2,3	5	

Номер рецептуры: 54-40м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Оленина 1 категории	77,8	68,8	12,6	5,1	0	96,7
Сухари панировочные	8,9	8,9	0,9	0,1	5,4	26,5
Хлеб пшеничный	15,3	15,3	1,1	0,1	6,8	32,6
Молоко	18,5	18,5	0,5	0,4	0,8	8,9
Масло сливочное	5,7	5,7	0	3,6	0,1	32,9
Соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Выход:		80	15,2	9,4	13,1	197,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Оленина 1 категории	0	0	4	0	0	40	174	6	13	116	2	0	0	0	
Сухари панировочные	0	0	0	0	0	36	14	2	4	10	0	0	2	0	
Хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	58	12	3	2	9	0	1	1	2	
Молоко	0	0	2	0	0	7	22	19	2	14	0	2	0	4	
Масло сливочное	0	0	15	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	63	0	1	0	0	0	9	0	0	
Выход:	0,2	0,4	22	0	0,1	204	224	33	20	150	2,1	11	3,1	6	

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют биточки. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ ОЛЕНИНЫ

Номер рецептуры: 54-41м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
Молоко	13,8	13,8	0,4	0,3	0,6	6,6									
Оленина 1 категории	58,3	51,6	9,5	3,9	0	72,6									
Сухари панировочные	6,6	6,6	0,7	0,1	4,1	19,8									
Хлеб пшеничный	11,4	11,4	0,8	0,1	5,1	24,5									
Масло сливочное	4,2	4,2	0	2,7	0	24,6									
Соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0									
Выход:		60	11,4	7	9,9	148,2									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Молоко	0	0	2	0	0	5	17	15	2	11	0	1	0	3	
Оленина 1 категории	0	0	3	0	0	30	131	5	9	87	1	0	0	0	
Сухари панировочные	0	0	0	0	0	27	10	2	3	7	0	0	1	0	
Хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	43	9	2	1	6	0	0	1	2	
Масло сливочное	0	0	11	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	47	0	1	0	0	0	6	0	0	
Выход:	0,1	0,3	16	0	0,1	153	168	24	15	113	1,6	8	2,3	5	

Номер рецептуры: 54-41м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
Молоко	18,5	18,5	0,5	0,4	0,8	8,9									
Оленина 1 категории	77,8	68,8	12,6	5,1	0	96,7									
Сухари панировочные	8,9	8,9	0,9	0,1	5,4	26,5									
Хлеб пшеничный	15,3	15,3	1,1	0,1	6,8	32,6									
Масло сливочное	5,7	5,7	0	3,6	0,1	32,9									
Соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0									
Выход:		80	15,2	9,4	13,1	197,5									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Молоко	0	0	2	0	0	7	22	19	2	14	0	2	0	4	
Оленина 1 категории	0	0	4	0	0	40	174	6	13	116	2	0	0	0	
Сухари панировочные	0	0	0	0	0	36	14	2	4	10	0	0	2	0	
Хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	58	12	3	2	9	0	1	1	2	
Масло сливочное	0	0	15	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	63	0	1	0	0	0	9	0	0	
Выход:	0,2	0,4	22	0	0,1	204	224	33	20	150	2,1	11	3,1	6	

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают,

формируют шницели. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

ТЕФТЕЛИ ИЗ ОЛЕНИНЫ ПАРОВЫЕ

Номер рецептуры: 54-42м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
оленина 1 категории	47,5	42	7,7	3,1	0	59,1								
лук репчатый	24,8	19,8	0,3	0	1,5	7,3								
хлеб пшеничный	7,8	7,8	0,6	0,1	3,5	16,7								
масло сливочное	1,8	1,8	0	1,1	0	10,5								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
вода	12	12	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		47,7×1												
Выход:		60	8,6	4,3	5	93,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
оленина 1 категории	0,09	0,23	2,52	0	0	25	106	3,7	7,7	71	0,99	0	0	0
лук репчатый	0,01	0	0	0	0,79	0,6	28,8	5,4	2,4	10	0,14	0,59	0,09	6,1
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	30	6,02	1,4	1	4,4	0,07	0,25	0,41	1,1
масло сливочное	0	0	4,86	0,02	0	0,2	0,45	0,4	0	0,5	0	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	53	0,01	0,6	0	0,1	0	7,2	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	3,7	0	0	0	0	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,11	0,23	7,38	0,02	0,79	108	142	15	11	86	1,2	8,04	0,52	7,3

Номер рецептуры: 54-42м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
оленина 1 категории	63,3	56	10,3	4,1	0	78,8
лук репчатый	33,1	26,4	0,4	0	2	9,7
хлеб пшеничный	10,4	10,4	0,8	0,1	4,7	22,3
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,5	0	14
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
вода	16	16	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		47,7×2				
Выход:		80	11,5	5,7	6,7	124,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,12	0,31	3,36	0	0	33	142	4,9	10	95	1,32	0	0	0	
лук репчатый	0,01	0	0	0	1,05	0,8	38,3	7,2	3,2	13	0,19	0,79	0,12	8,2	
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	39	8,03	1,8	1,3	5,9	0,09	0,33	0,55	1,5	
масло сливочное	0	0	6,48	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0	0	0,03	0,1	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,01	0,8	0	0,2	0	9,6	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	4,9	0	0	0	0	0	0	
Масса полуфабриката:															
Выход:	0,15	0,31	9,84	0,03	1,05	144	189	20	15	115	1,6	10,7	0,69	9,8	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют, бланшируют, пассеруют.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с предварительно замоченным пшеничным черствым хлебом без корок, добавляют соль, лук и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют тефтели (шарики по 24 г). Изделие выкладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и готовят на пару 20-25 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, поверхность ровная; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ОЛЕНИНОЙ

Номер рецептуры: 54-43м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	84,7	62,3	1,2	0,2	9,2	43,6
оленина 1 категории	68,5	60,6	11,1	4,6	0	85,2
томатное пюре	3,9	3,9	0,1	0	0,4	2,2
лук репчатый	10,3	8,3	0,1	0	0,6	3,1
масло сливочное	3,9	3,9	0	2,5	0,1	22,7
лавровый лист	0	0	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
Масса мясной части в готовом блюде:		38,2				
Масса готовых овощей:		81,8				
Выход:		120	12,5	7,3	10,3	156,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
картофель	0,05	0,04	1,12	0	4,98	2,4	294	5,5	12	31	0,49	3,11	0,14	19	
оленина 1 категории	0,13	0,33	3,64	0	0	35	153	5,3	11	102	1,42	0	0	0	
томатное пюре	0	0	4,68	0	0,41	0,3	21,7	0,7	1,6	2,4	0,07	0	0,02	0	
лук репчатый	0	0	0	0	0,33	0,3	12	2,3	1	4,2	0,06	0,25	0,04	2,6	
масло сливочное	0	0,01	10,5	0,05	0	0,4	0,97	0,8	0	1	0,01	0	0,04	0,1	
лавровый лист	0	0	0,03	0	0	0	0,07	0,1	0	0	0,01	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	19,2	0	0	
Масса мясной части в готовом блюде:															
Масса готовых овощей:															
Выход:	0,19	0,37	20	0,05	5,72	180	482	16	26	142	2,06	22,6	0,24	21	

Номер рецептуры: 54-43м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
картофель	105,9	77,9	1,5	0,3	11,6	54,5
оленина 1 категории	85,6	75,8	13,9	5,7	0	106,5
томатное пюре	4,9	4,9	0,2	0	0,5	2,8
лук репчатый	12,9	10,4	0,2	0	0,8	3,8
масло сливочное	4,9	4,9	0	3,1	0,1	28,4
лавровый лист	0	0	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
Масса мясной части в готовом блюде:		47,7				
Масса готовых овощей:		102,3				
Выход:		150	15,7	9,1	12,9	196,1

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
картофель	0,07	0,05	1,4	0	6,23	3	367	6,8	16	39	0,61	3,89	0,18	23	
оленина 1 категории	0,17	0,41	4,55	0	0	44	192	6,7	14	128	1,78	0	0	0	
томатное пюре	0	0	5,85	0	0,51	0,4	27,1	0,9	2	3	0,08	0	0,03	0	
лук репчатый	0	0	0	0	0,41	0,3	15	2,8	1,3	5,2	0,08	0,31	0,05	3,2	
масло сливочное	0	0,01	13,2	0,06	0	0,6	1,22	1	0	1,3	0,01	0	0,05	0,1	
лавровый лист	0	0	0,04	0	0	0	0,08	0,1	0	0	0,01	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,05	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0	
Масса мясной части в готовом блюде:															
Масса готовых овощей:															
Выход:	0,23	0,47	25	0,06	7,15	225	602	20	33	177	2,57	28,2	0,3	27	

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками, бланшируют, пассеруют с добавлением масла сливочного.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, поперек волокон порционно из

расчета по 2 куску на порцию, массой по 30-40 г, мясо запекают до образования легкой румяной корочки.

Запеченное мясо и овощи кладут в электросковороду слоями, чтобы сверху и снизу мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и воду (продукты должны быть покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид - кусочки мяса и овощи сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус и запах - свойственный тушеному мясу и овощам.

КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОЛЕНИНОЙ

Номер рецептуры: 54-44м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
оленина 1 категории	72,4	64	11,8	4,8	0	90,1								
капуста белокочанная	114,6	91,7	1,6	0,1	3,9	22,6								
лук репчатый	8	6,4	0,1	0	0,5	2,3								
морковь	4	3,2	0,1	0	0,2	1								
томатное пюре	4,8	4,8	0,2	0	0,5	2,7								
мука пшеничная высший сорт	1	1	0,1	0	0,6	2,9								
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9								
масло подсолнечное	0,3	0,3	0	0,2	0	2,4								
сахар-песок	2,4	2,4	0	0	2,2	8,7								
лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,2								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
Масса мясной части в готовом блюде:		45,2												
Масса тушеной капусты в готовом блюде:		74,8												
Выход:		120	13,8	8,9	7,9	167,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
оленина 1 категории	0,14	0,35	3,84	0	0	37	162	5,6	12	108	1,51	0	0	0
капуста белокочанная	0,02	0,03	1,65	0	16,5	9,1	228	39	13	25	0,48	2,75	0,24	9,2
лук репчатый	0	0	0	0	0,26	0,2	9,32	1,8	0,8	3,2	0,04	0,19	0,03	2
морковь	0	0	38,2	0	0,07	0,5	5,28	0,8	1,1	1,5	0,02	0,16	0	1,8
томатное пюре	0	0	5,76	0	0,5	0,4	26,7	0,8	1,9	2,9	0,08	0	0,03	0
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	0,97	0,2	0,1	0,7	0,01	0,01	0,05	0,2
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,06	0	0	0	0,01	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,11	0	0,01	0	0,26	0,4	0,1	0,1	0,02	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	19,2	0	0
Масса мясной части в готовом блюде:														
Масса тушеной капусты в готовом блюде:														
Выход:	0,16	0,38	65,7	0,08	17,3	190	434	51	28	143	2,2	22,3	0,4	13

Номер рецептуры: 54-44м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
оленина 1 категории	90,5	80	14,7	6	0	112,6								
капуста белокочанная	143,3	114,6	2	0,1	4,9	28,3								
лук репчатый	10,1	8	0,1	0	0,6	2,9								
морковь	5	4	0,1	0	0,2	1,2								
томатное пюре	6	6	0,2	0	0,7	3,4								
мука пшеничная высший сорт	1,2	1,2	0,2	0	0,8	3,7								
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,7								
масло подсолнечное	0,4	0,4	0	0,3	0	3								
сахар-песок	3	3	0	0	2,7	10,9								
лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,2								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
Масса мясной части в готовом блюде:		56,5												
Масса тушеной капусты в готовом блюде:		93,5												
Выход:		150	17,3	11,2	9,9	209,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
оленина 1 категории	0,17	0,44	4,8	0	0	47	203	7	15	135	1,88	0	0	0
капуста белокочанная	0,02	0,04	2,06	0	20,6	11	285	48	16	31	0,6	3,44	0,3	11
лук репчатый	0	0	0	0	0,32	0,2	11,7	2,2	1	4,1	0,05	0,24	0,04	2,5
морковь	0	0	47,7	0	0,08	0,6	6,6	0,9	1,3	1,9	0,02	0,2	0	2,2
томатное пюре	0	0	7,2	0	0,62	0,5	33,4	1,1	2,4	3,7	0,11	0	0,04	0
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,22	0,2	0,2	0,9	0,02	0,02	0,06	0,3
масло сливочное	0	0,01	20,3	0,1	0	0,9	1,87	1,6	0	2	0,02	0	0,07	0,2
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,08	0,1	0	0	0,01	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,14	0	0,02	0	0,33	0,5	0,1	0,1	0,03	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,05	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
Масса мясной части в готовом блюде:														
Масса тушеной капусты в готовом блюде:														
Выход:	0,2	0,48	82,2	0,1	21,7	237	543	64	36	179	2,75	27,9	0,5	17

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками.

Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением томатного пюре, пассерованной на подсолнечном масле муки.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 20-30 г, соединяют с

припущенным овощами, добавляют воду (из расчета 30 г на порцию), соль, лавровый лист и тушат 20-25 минут.

Затем к мясу с овощами добавляют капусту и тушат до готовности.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - мясо нарезано кубиками (20-30 г) кусочки мяса целые, консистенция: мяса и капусты - мягкая, нежная; вкус и запах: тушеного мяса, овощей и капусты.

ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ОЛЕНИНЫ

Номер рецептуры: 54-45м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
оленина 1 категории	43,9	38,9	7,1	2,9	0	54,7								
крупа рисовая	32,6	32,6	2,2	0,3	22	99,1								
лук репчатый	6	4,8	0,1	0	0,4	1,7								
морковь	15	12	0,1	0	0,8	3,7								
масло сливочное	4,8	4,8	0,1	3,1	0,1	28								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	187,8	187,8	0	0	0	0								
Масса мясной части в готовом блюде:		24												
Выход:		120	9,5	6,2	23,2	187,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
оленина 1 категории	0,08	0,21	2,334	0	0	22,8	98,4	3,42	7,1	65,6	0,91	0	0	0
крупа рисовая	0,02	0,01	0	0	0	2,98	27,1	2,3	14,2	42,6	0,28	0,456	4,34	16
лук репчатый	0	0	0	0	0,19	0,14	6,97	1,31	0,58	2,42	0,04	0,144	0,02	1,5
морковь	0,01	0,01	144	0	0,24	1,91	19,9	2,85	3,97	5,74	0,07	0,6	0,01	6,6
масло сливочное	0	0,01	12,96	0,06	0	0,55	1,19	1,01	0	1,25	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0,04	1,55	0,09	0,31	0,01	19,2	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	57,8	0	0	0	0	0	0
Масса мясной части в готовом блюде:														
Выход:	0,11	0,23	159	0,06	0,43	170	154	128	26	118	1,32	20,4	4,42	25

Номер рецептуры: 54-45м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
	брутто	нетто	г	г	г	ккал	
оленина 1 категории	54,9	48,6	8,9	3,6	0	68,3	
крупа рисовая	40,8	40,8	2,7	0,4	27,5	123,9	
лук репчатый	7,5	6	0,1	0	0,5	2,2	
морковь	18,8	15	0,2	0	1	4,7	
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	35	
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0	
вода	234,8	234,8	0	0	0	0	
Масса мясной части в готовом блюде:		30					
Выход:		150	11,9	7,8	29	234	

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,11	0,26	2,918	0	0	28,4	123	4,28	8,88	82	1,14	0	0	0	
крупа рисовая	0,02	0,02	0	0	0	3,72	33,9	2,87	17,7	53,2	0,35	0,57	5,42	20	
лук репчатый	0	0	0	0	0,24	0,18	8,72	1,64	0,73	3,03	0,05	0,18	0,03	1,9	
морковь	0,01	0,01	180	0	0,3	2,39	24,9	3,56	4,96	7,18	0,09	0,75	0,02	8,3	
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,075	0	0,68	1,49	1,27	0	1,57	0,01	0	0,05	0,2	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,05	1,94	0,11	0,39	0,02	24	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	72,3	0	0	0	0	0	0	
Масса мясной части в готовом блюде:															
Выход:	0,14	0,29	199	0,08	0,54	212	192	160	32	147	1,65	25,5	5,52	31	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Рис перебирают и промывают.

Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками.

Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением воды.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 10-15 г, добавляют пассерованную морковь, лук и соль.

Мясо и овощи варят при слабом кипении 5-10 минут, всыпают подготовленную крупу, варят до загустения, затем закрывают крышкой и доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия в течение 30-40 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки, набухшие; консистенция - мясо мягкое, крупа рассыпчатая; вкус и запах: свойственный плову.

ТЕФТЕЛИ ИЗ ОЛЕНИНЫ С РИСОМ

Номер рецептуры: 54-46м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
оленина 1 категории	51,5	45,6	8,4	3,4	0	64,1
молоко	8,4	8,4	0,2	0,2	0,4	4
крупа рисовая	6	6	0,4	0,1	4	18,2
лук репчатый	7,5	6	0,1	0	0,4	2,2
масло подсолнечное	2,4	2,4	0	2,1	0	19
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		45,8×1				
Выход:		60	9,1	5,8	4,8	107,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,1	0,25	2,74	0	0	27	115	4	8,3	77	1,07	0	0	0	
молоко	0	0,01	1,11	0	0,04	3,2	10,2	8,9	1	6,6	0,01	0,76	0,15	1,7	
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,6	4,98	0,4	2,6	7,8	0,05	0,08	0,8	3	
лук репчатый	0	0	0	0	0,24	0,2	8,71	1,6	0,7	3	0,04	0,18	0,03	1,9	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	100	0,03	1,1	0,1	0,2	0,01	13,6	0	0	
Масса полуфабриката:															
Выход:	0,1	0,26	3,85	0	0,28	131	139	16	13	95	1,18	14,6	0,98	6,5	

Номер рецептуры: 54-46м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
оленина 1 категории	68,7	60,8	11,2	4,5	0	85,5
молоко	11,2	11,2	0,3	0,3	0,5	5,3
крупа рисовая	8	8	0,5	0,1	5,3	24,3
лук репчатый	10	8	0,1	0	0,5	2,9
масло подсолнечное	3,2	3,2	0	2,8	0	25,3
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		45,8×2				
Выход:		80	12,1	7,7	6,4	143,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,13	0,33	3,65	0	0	36	154	5,3	11	103	1,43	0	0	0	
молоко	0	0,01	1,48	0	0,05	4,3	13,6	12	1,4	8,8	0,01	1,01	0,2	2,2	
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,7	6,64	0,6	3,5	10	0,07	0,11	1,07	4	
лук репчатый	0	0	0	0	0,32	0,2	11,6	2,2	1	4	0,05	0,24	0,04	2,5	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	133	0,04	1,5	0,1	0,3	0,01	18,1	0	0	
Масса полуфабриката:															
Выход:	0,13	0,35	5,13	0	0,37	174	186	21	17	126	1,57	19,5	1,31	8,7	

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Рис перебирают и промывают, варят рассыпчатую кашу.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают кубиками бланшируют и пассеруют на масле.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, измельчают на мясорубке дважды.

В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рис, соль, перемешивают. Разделяют на шарики. Шарики панируют в муке, запекают на противне до образования легкой корочки, заливают молочным безглютеновым соусом (54-бсоус) из расчета 20 грамм соуса на 60 грамм блюда и тушат в жарочном шкафу при температуре 160-200 градусов Цельсия 10-15 минут.

Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - тефтели сохранили форму; консистенция - сочная; цвет, запах и вкус – мясной.

ОЛЕНИНА ОТВАРНАЯ

Номер рецептуры: 54-47м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
оленина 1 категории	109,8	97,2	17,8	7,3	0	136,7									
лук репчатый	3	2,4	0	0	0,2	0,9									
морковь	3	2,4	0	0	0,2	0,7									
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0									
вода	171,6	171,6	0	0	0	0									
Выход:		60	17,8	7,3	0,4	138,3									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,21	0,53	5,83	0	0	57	246	8,6	18	164	2,28	0	0	0	
лук репчатый	0	0	0	0	0,1	0,1	3,49	0,7	0,3	1,2	0,02	0,07	0,01	0,7	
морковь	0	0	28,8	0	0,05	0,4	3,98	0,6	0,8	1,2	0,01	0,12	0	1,3	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	53	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,21	0,53	34,6	0	0,15	175	254	64	19	167	2,32	16,2	0,01	2,1	

Номер рецептуры: 54-47м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
оленина 1 категории	146,4	129,6	23,7	9,7	0	182,3									
лук репчатый	4	3,2	0	0	0,3	1,2									
морковь	4	3,2	0	0	0,3	0,9									
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0									
вода	228,8	228,8	0	0	0	0									
Выход:		80	23,7	9,7	0,5	184,4									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,28	0,71	7,77	0	0	76	328	11	24	219	3,04	0	0	0	
лук репчатый	0	0	0	0	0,13	0,1	4,65	0,9	0,4	1,6	0,03	0,09	0,01	1	
морковь	0	0	38,4	0	0,07	0,5	5,31	0,8	1,1	1,5	0,01	0,16	0	1,8	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	157	0,04	1,7	0,1	0,3	0,01	21,3	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	70	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,28	0,71	46,2	0	0,2	233	338	85	25	222	3,09	21,6	0,01	2,7	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски по 75-100 гр.

Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют.

Подготовленное мясо закладывают в горячую воду и варят при слабом кипении 2 часа, при варке добавляют лук и морковь. Соль кладут в бульон за 15-20 минут до готовности мяса.

Готовность мяса проверяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куску на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят в нем мясо до отпуска при температуре 50-60 градусов в закрытой посуде.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – мясо нарезано ровными кусочками; консистенция – мягкая, упругая; цвет, запах и вкус – мясной.

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОЛЕНИНОЙ

Номер рецептуры: 54-48м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	134,6	99	1,9	0,4	14,7	69,3								
оленина 1 категории	76,0	67,2	12,3	5	0	94,5								
сухари панировочные	1,8	1,8	0,2	0	1,1	5,4								
яйцо куриное	2,6	2,4	0,3	0,2	0	3,4								
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		141												
Выход:		120	14,7	9,5	15,8	207,5								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,08	0,05	1,78	0	7,92	3,8	467	8,7	20	50	0,77	4,95	0,23	30
оленина 1 категории	0,14	0,37	4,03	0	0	39	170	5,9	12	113	1,58	0	0	0
сухари панировочные	0	0	0	0	0	7,3	2,84	0,5	0,7	1,9	0,05	0	0,4	0
яйцо куриное	0	0,01	3,74	0,05	0	2,4	2,79	1,2	0,3	4	0,05	0,48	0,65	1,3
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,49	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,04	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,23	0,43	25,8	0,13	7,92	230	644	19	33	171	2,49	29,4	1,34	31

Номер рецептуры: 54-48м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
картофель	168,3	123,8	2,3	0,5	18,4	86,6								
оленина 1 категории	95	84	15,4	6,3	0	118,1								
сухари панировочные	2,3	2,3	0,2	0	1,4	6,8								
яйцо куриное	3,3	3	0,4	0,3	0	4,3								
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,7								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		176,3												
Выход:		150	18,4	11,9	19,8	259,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,11	0,07	2,23	0	9,9	4,7	583	11	25	62	0,97	6,19	0,29	37
оленина 1 категории	0,18	0,46	5,04	0	0	49	213	7,4	15	142	1,97	0	0	0
сухари панировочные	0	0	0	0	0	9,1	3,55	0,6	0,9	2,4	0,07	0	0,5	0
яйцо куриное	0	0,01	4,68	0,07	0	3,1	3,49	1,5	0,3	5	0,07	0,6	0,81	1,7
масло сливочное	0	0,01	20,3	0,1	0	0,9	1,87	1,6	0	2	0,02	0	0,07	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,05	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,29	0,54	32,2	0,17	9,9	288	805	24	41	214	3,11	36,8	1,67	39

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, заправляют размягченным сливочным маслом, солью. Кладут на смазанный маслом противень слоем 2-3 см и прогревают, помешивая, в жарочном шкафу при температуре 160-180 С в течение 8-10 мин.

Картофель перебирают, моют, чистят, крупные клубни нарезают дольками, мелкие - целиком укладывают в посуду (слоем 50 см), заливают горячей водой, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают, пропускают через протирочную машину. Картофель делят на две равные части.

Одну часть картофеля выкладывают на смазанный маслом противень слоем 1-1,5 см, разравнивают. Затем выкладывают ровным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивания картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течение 25-30 мин при температуре 250-280° С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность запеканки ровная, с легкой румяной корочкой; консистенция – картофель мягкий, мясо сочное; вкус, цвет и запах – картофеля с мясом.

ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ОЛЕНИНЫ

Номер рецептуры: 54-49м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
оленина 1 категории	48,8	43,2	8	3,2	0	60,8								
хлеб пшеничный	9	9	0,7	0,1	4,1	19,3								
масло сливочное	1,8	1,8	0	1,1	0	10,5								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
вода	15,6	15,6	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		17,5×4												
Выход:		60	8,6	4,4	4,1	90,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
оленина 1 категории	0,09	0,23	2,6	0	0	25	109	3,8	7,9	73	1,01	0	0	0
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	34	6,95	1,6	1,1	5,1	0,08	0,29	0,47	1,3
масло сливочное	0	0	4,86	0,02	0	0,2	0,45	0,4	0	0,5	0	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	4,8	0	0	0	0	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,1	0,23	7,46	0,02	0	148	117	12	9	79	1,1	12,3	0,49	1,4

Номер рецептуры: 54-49м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
оленина 1 категории	65,1	57,6	10,6	4,3	0	81								
хлеб пшеничный	12	12	0,9	0,1	5,4	25,7								
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,5	0	14								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	20,8	20,8	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		17,5×5												
Выход:		80	11,5	5,9	5,4	120,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
оленина 1 категории	0,12	0,31	3,46	0	0	34	146	5,1	11	97	1,35	0	0	0
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	46	9,26	2,1	1,5	6,8	0,11	0,38	0,63	1,7
масло сливочное	0	0	6,48	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0,03	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	6,4	0	0	0	0	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,13	0,31	9,94	0,03	0	197	156	15	12	105	1,47	16,4	0,65	1,8

Технология приготовления: запекание.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски по 75-100 гр., измельчают на мясорубке, затем добавляют замоченный в воде и отжатый черствый пшеничный хлеб (высшего сорта), соль, перемешивают, повторно пропускают через мясорубку. Добавляют воду. Массу хорошо перемешивают, затем выбивают,

разделяют в виде шариков массой по 15 -20 гр. Выкладывают в смазанный маслом лист, добавляют воду и запекают 20 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - фрикадельки сохранили форму шариков; консистенция - сочная, однородная; цвет, запах и вкус – мясной.

КНЕЛИ ИЗ ОЛЕНИНЫ С РИСОМ Номер рецептуры: 54-50м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
оленина 1 категории	54,2	48	8,8	3,6	0	67,5								
крупа рисовая	5,4	5,4	0,4	0,1	3,6	16,4								
молоко	6,6	6,6	0,2	0,2	0,3	3,2								
масло сливочное	4,2	4,2	0	2,7	0,1	24,5								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		21,3×4												
Выход:		60	9,3	6,5	4	111,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
оленина 1 категории	0,11	0,26	2,88	0	0	28	122	4,2	8,8	81	1,13	0	0	0
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,5	4,49	0,4	2,3	7,1	0,05	0,08	0,72	2,7
молоко	0	0,01	0,87	0	0,04	2,5	8	7	0,8	5,2	0,01	0,59	0,11	1,3
масло сливочное	0	0,01	11,3	0,05	0	0,5	1,04	0,9	0	1,1	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,02	0,8	0	0,2	0,01	9,6	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,11	0,28	15,1	0,05	0,04	102	135	13	12	94	1,19	10,3	0,87	4,1

Номер рецептуры: 54-50м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
оленина 1 категории	72,3	64	11,7	4,8	0	90								
крупа рисовая	7,2	7,2	0,5	0,1	4,8	21,9								
молоко	8,8	8,8	0,2	0,2	0,4	4,2								
масло сливочное	5,6	5,6	0	3,6	0,1	32,6								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		21,3×5												
Выход:		80	12,4	8,7	5,3	148,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
оленина 1 категории	0,14	0,35	3,84	0	0	37	162	5,6	12	108	1,5	0	0	0
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,7	5,98	0,5	3,1	9,4	0,06	0,1	0,96	3,6
молоко	0	0,01	1,16	0	0,05	3,3	10,7	9,3	1,1	6,9	0,01	0,79	0,15	1,8
масло сливочное	0	0,01	15,1	0,07	0	0,6	1,39	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	94	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12,8	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,14	0,37	20,1	0,07	0,05	136	180	18	16	126	1,59	13,7	1,16	5,5

Технология приготовления: варка.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски по 75-100 гр., измельчают на мясорубке. Рис перебирают и промывают, отваривают. Измельчённое мясо смешивают с остывшей рисовой кашей и дважды измельчают в мясорубке. Затем массу взбивают, постепенно добавляя молоко и растопленное сливочное масло. в конце взбивания добавляют соль. Кусочек хорошо взбитой кнельной массы не тонет в воде. Готовую кнельную массу разделяют на клецки (кнели) по 20-25 г., раскладывают в емкости, смазанные сливочным маслом в один ряд, и варят на пару 15-20 минут или припускают с добавлением воды при закрытой крышке 10-12 минут до готовности.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Консистенция - сочная, пышная, на разрезе однородная; вкус - в меру соленый.

КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЛАМИНАРИЕЙ И МЯСОМ

Номер рецептуры: 54-51м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	114,6	91,7	1,6	0,1	3,9	22,6
говядина 1 категории	72,4	64	11,2	9	0	125,9
лук репчатый	8	6,4	0,1	0	0,5	2,3
морковь	4	3,2	0,1	0	0,2	1
ламинария листовая	0,7	0,7	0	0	0,5	2
томатное пюре	4,8	4,8	0,2	0	0,5	2,7
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9
сахар-песок	2,4	2,4	0	0	2,2	8,7
мука пшеничная высший сорт	1	1	0,1	0	0,6	2,9
масло подсолнечное	0,3	0,3	0	0,2	0	2,4
лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,2
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
Масса мясной части в готовом блюде:		45,2				
Масса тушеной капусты в готовом блюде:		74,8				
Выход:		120	13,3	13,1	8,4	205,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
капуста белокочанная	0	0	1,7	0	16,5	9,1	228	39	13	25	0,5	2,7	0,2	9,2	
говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	32	173	5,1	12	105	1,5	4,6	0	40	
лук репчатый	0	0	0	0	0,3	0,2	9,3	1,8	0,8	3,2	0	0,2	0	2	
морковь	0	0	38,2	0	0,1	0,5	5,3	0,8	1,1	1,5	0	0,2	0	1,8	
ламинария листовая	0	0	0,1	0,1	0	22	0,7	2,9	2,1	0,2	0	785	0,1	0	
томатное пюре	0	0	5,8	0	0,5	0,4	26,7	0,8	1,9	2,9	0,1	0	0	0	
масло сливочное	0	0	16,2	0,1	0	0,7	1,5	1,3	0	1,6	0	0	0,1	0,2	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1	0,2	0,1	0,7	0	0	0	0,2	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
лавровый лист	0	0	0,1	0	0	0	0,3	0,4	0,1	0,1	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0	1,6	0,1	0,3	0	19,2	0	0	
Масса мясной части в готовом блюде:															
Масса тушеной капусты в готовом блюде:															
Выход:	0	0,1	62	0,1	17,3	206	446	54	31	140	2,2	812	0,5	54	

Номер рецептуры: 54-51м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
капуста белокочанная	143,3	114,6	2	0,1	4,9	28,3
говядина 1 категории	90,5	80	14	11,3	0	157,4
лук репчатый	10,1	8	0,1	0	0,6	2,9
морковь	5	4	0,1	0	0,2	1,2
ламинария листовая	0,9	0,8	0	0	0,6	2,5
томатное пюре	6	6	0,2	0	0,7	3,4
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,7
сахар-песок	3	3	0	0	2,7	10,9
мука пшеничная высший сорт	1,2	1,2	0,2	0	0,8	3,7
масло подсолнечное	0,4	0,4	0	0,3	0	3
лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,2
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0
Масса мясной части в готовом блюде:		56,5				
Масса тушеной капусты в готовом блюде:		93,5				
Выход:		150	16,6	16,4	10,5	257

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
капуста белокочанная	0	0	2,1	0	20,6	11	285	48	16	31	0,6	3,4	0,3	11	
говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	40	217	6,3	15	131	1,9	5,8	0	50	
лук репчатый	0	0	0	0	0,3	0,2	11,7	2,2	1	4,1	0,1	0,2	0	2,5	
морковь	0	0	47,7	0	0,1	0,6	6,6	0,9	1,3	1,9	0	0,2	0	2,2	
ламинария листовая	0	0	0,1	0,1	0	28	0,9	3,7	2,6	0,3	0,1	982	0,1	0	
томатное пюре	0	0	7,2	0	0,6	0,5	33,4	1,1	2,4	3,7	0,1	0	0	0	
масло сливочное	0	0	20,3	0,1	0	0,9	1,9	1,6	0	2	0	0	0,1	0,2	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,2	0,2	0,2	0,9	0	0	0,1	0,3	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
лавровый лист	0	0	0,1	0	0	0	0,3	0,5	0,1	0,1	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0	24	0	0	
Масса мясной части в готовом блюде:															
Масса тушеной капусты в готовом блюде:															
Выход:	0,1	0,2	77,5	0,2	21,7	258	558	67	39	175	2,8	1015	0,6	67	

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Сухую ламинарию измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа.

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками.

Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением томатного пюре, пассерованной на подсолнечном масле муки.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 20-30 г, соединяют с припущенными овощами, добавляют воду (из расчета 30 г на порцию), соль, лавровый лист и тушат 20-25 минут.

Затем к мясу с овощами добавляют капусту, подготовленную ламинарию и тушат до готовности.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - мясо нарезано кубиками (20-30 г) кусочки мяса целые, консистенция: мяса и капусты - мягкая, нежная; вкус и запах: тушеного мяса, овощей и капусты.

КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЛАМИНАРИЕЙ И ОЛЕНИНОЙ

Номер рецептуры: 54-52м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
оленина 1 категории	72,4	64	11,8	4,8	0	90,1									
капуста белокочанная	114,6	91,7	1,6	0,1	3,9	22,6									
лук репчатый	8	6,4	0,1	0	0,5	2,3									
морковь	4	3,2	0,1	0	0,2	1									
ламинария листовая	0,7	0,7	0	0	0,5	2									
томатное пюре	4,8	4,8	0,2	0	0,5	2,7									
мука пшеничная высший сорт	1	1	0,1	0	0,6	2,9									
масло сливочное	6	6	0,1	3,8	0,1	34,9									
масло подсолнечное	0,3	0,3	0	0,2	0	2,4									
сахар-песок	2,4	2,4	0	0	2,2	8,7									
лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,2									
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0									
Масса мясной части в готовом блюде:	45,2														
Масса тушеной капусты в готовом блюде:	74,8														
Выход:	120		13,8	8,9	8,4	169,8									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,1	0,3	3,8	0	0	37,5	162	5,6	11,7	108	1,5	0	0	0	
капуста белокочанная	0	0	1,7	0	16,5	9,1	228	38,7	12,8	24,7	0,5	2,7	0,2	9,2	
лук репчатый	0	0	0	0	0,3	0,2	9,3	1,8	0,8	3,2	0	0,2	0	2	
морковь	0	0	38,2	0	0,1	0,5	5,3	0,8	1,1	1,5	0	0,2	0	1,8	
ламинария листовая	0	0	0,1	0,1	0	22,5	0,7	2,9	2,1	0,2	0	785,4	0,1	0	
томатное пюре	0	0	5,8	0	0,5	0,4	26,7	0,8	1,9	2,9	0,1	0	0	0	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1	0,2	0,1	0,7	0	0	0	0,2	
масло сливочное	0	0	16,2	0,1	0	0,7	1,5	1,3	0	1,6	0	0	0,1	0,2	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0	
лавровый лист	0	0	0,1	0	0	0	0,3	0,4	0,1	0,1	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0	1,6	0,1	0,3	0	19,2	0	0	
Масса мясной части в готовом блюде:															
Масса тушеной капусты в готовом блюде:															
Выход:	0,2	0,4	65,8	0,1	17,3	212	435	54	31	143	2,2	808	0,5	13	

Номер рецептуры: 54-52м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
Номер рецептуры: 54-48м															
оленина 1 категории	90,5	80	14,7	6	0	112,6									
капуста белокочанная	143,3	114,6	2	0,1	4,9	28,3									
лук репчатый	10,1	8	0,1	0	0,6	2,9									
морковь	5	4	0,1	0	0,2	1,2									
ламинария листовая	0,9	0,8	0	0	0,6	2,5									
томатное пюре	6	6	0,2	0	0,7	3,4									
мука пшеничная высший сорт	1,2	1,2	0,2	0	0,8	3,7									
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,7									
масло подсолнечное	0,4	0,4	0	0,3	0	3									
сахар-песок	3	3	0	0	2,7	10,9									
лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,2									
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0									
Масса мясной части в готовом блюде:		56,5													
Масса тушеной капусты в готовом блюде:		93,5													
Выход:		150	17,3	11,2	10,5	212,3									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Номер рецептуры: 54-48м															
оленина 1 категории	0,2	0,4	4,8	0	0	47	203	7	15	135	1,9	0	0	0	
капуста белокочанная	0	0	2,1	0	20,6	11	285	48	16	31	0,6	3,4	0,3	11	
лук репчатый	0	0	0	0	0,3	0,2	11,7	2,2	1	4,1	0,1	0,2	0	2,5	
морковь	0	0	47,7	0	0,1	0,6	6,6	0,9	1,3	1,9	0	0,2	0	2,2	
ламинария листовая	0	0	0,1	0,1	0	28	0,9	3,7	2,6	0,3	0,1	982	0,1	0	
томатное пюре	0	0	7,2	0	0,6	0,5	33,4	1,1	2,4	3,7	0,1	0	0	0	
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,2	0,2	0,2	0,9	0	0	0,1	0,3	
масло сливочное	0	0	20,3	0,1	0	0,9	1,9	1,6	0	2	0	0	0,1	0,2	
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	
лавровый лист	0	0	0,1	0	0	0	0,3	0,5	0,1	0,1	0	0	0	0	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0	24	0	0	
Масса мясной части в готовом блюде:															
Масса тушеной капусты в готовом блюде:															
Выход:		0,2	0,5	82,3	0,2	21,7	265	544	68	38	179	2,8	1010	0,6	17

Способ термической обработки: тушение.

Технология приготовления:

Сухую ламинарию измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа.

Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками.

Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением томатного пюре, пассерованной на подсолнечном масле муки.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 20-30 г, соединяют с припущенными овощами, добавляют воду (из расчета 30 г на порцию), соль, лавровый лист и тушат 20-25 минут.

Затем к мясу с овощами добавляют капусту, подготовленную ламинарию и тушат до готовности.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - мясо нарезано кубиками (20-30 г) кусочки мяса целые, консистенция: мяса и капусты - мягкая, нежная; вкус и запах: тушеного мяса, овощей и капусты.

КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛАМИНАРИЕЙ

Номер рецептуры: 54-53м (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
говядина 1 категории	72,9	64,5	11,3	9,1	0	126,8								
молоко	17,3	17,3	0,5	0,4	0,8	8,3								
ламинария листовая	0,7	0,6	0,0	0,0	0,4	1,7								
хлеб пшеничный	14,3	14,3	1	0,1	6,4	30,6								
сухари панировочные	8,3	8,3	0,9	0,1	5,1	24,8								
масло сливочное	5,3	5,3	0	3,4	0,1	30,8								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		98,8												
Выход:		75	13,7	13,1	12,8	223,0								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	32	175	5,1	12	106	1,5	4,6	0	41
молоко	0	0	2,3	0	0,1	6,6	21	18	2,1	14	0	1,6	0,3	3,5
ламинария листовая	0	0	0,1	0	0	20	1	2,6	1,9	0,2	0	687	0,1	0
хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	54	11	2,5	1,7	8,1	0,1	0,5	0,8	2,1
сухари панировочные	0	0	0	0	0	34	13,1	2,3	3,4	9	0,2	0	1,8	0
масло сливочное	0	0	14,3	0,1	0	0,6	1,3	1,1	0	1,4	0	0	0,1	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0	0,7	0	0,1	0	8	0	0
Масса полуфабриката:														
Выход:	0,1	0,1	16,7	0,1	0,1	205	222	33	21	138	2,0	701	3,1	46

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Сухую ламинарию измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке, добавляют подготовленную ламинарию, соль и повторно пропускают через

мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты овально-приплюснутой формы шириной 1,5-2 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

КОТЛЕТА ИЗ ОЛЕНИНЫ С ЛАМИНАРИЕЙ

Номер рецептуры: 54-54м (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
оленина 1 категории	72,9	64,5	11,8	4,8	0	90,7									
молоко	17,3	17,3	0,5	0,4	0,8	8,3									
ламинария листовая	0,7	0,6	0,0	0,0	0,4	1,7									
сухари панировочные	8,3	8,3	0,9	0,1	5,1	24,8									
хлеб пшеничный	14,3	14,3	1	0,1	6,4	30,6									
масло сливочное	5,3	5,3	0	3,4	0,1	30,8									
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0									
Масса полуфабриката:		98,8													
Выход:		75	14,2	8,8	12,8	186,9									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
оленина 1 категории	0,14	0,35	3,87	0	0	38	163	5,7	12	109	1,52	0	0	0	
молоко	0	0,02	2,28	0	0,09	6,6	21	18	2,1	14	0,02	1,56	0,3	3,5	
ламинария листовая	0	0	0,1	0	0	20	1	2,6	1,9	0,2	0	687	0,1	0	
сухари панировочные	0,01	0,01	0	0	0	34	13,1	2,3	3,4	9	0,24	0	1,84	0	
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	54	11	2,5	1,7	8,1	0,14	0,46	0,76	2,1	
масло сливочное	0	0,01	14,3	0,07	0	0,6	1,32	1,1	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2	
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0,01	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0	
Масса полуфабриката:															
Выход:	0,2	0,4	20,5	0,1	0,1	211	210	33	21	141	2,0	697	3,1	5,7	

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Сухую ламинарию измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа.

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке, добавляют подготовленную ламинарию, соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты овально-приплюснутой формы шириной 1,5-2 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на

противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

БУЖЕНИНА ЗАПЕЧЕННАЯ

Номер рецептуры: 54-55м (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал								
	брутто	нетто												
Говядина 1 категории	109,8	97,2	17	13,7	0	191,2								
Чеснок	3	2,4	0,2	0	0,7	3,3								
Масло подсолнечное	1,5	1,5	0	1,3	0	11,9								
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
Выход:		60	17,1	15	0,7	206,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Говядина 1 категории	0	0,1	0	0	0	48	263	7,7	19	159	2,3	7	0	61
Чеснок	0	0	0	0	0,1	0,3	5,2	3,8	0,6	2,1	0	0,2	0,3	0,2
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	110	0	1,2	0,1	0,2	0	15	0	0
Выход:	0	0,1	0	0	0,1	159	268	13	19	161	2,3	22,2	0,3	61

Номер рецептуры: 54-51м (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал								
	брутто	нетто												
Говядина 1 категории	146,4	129,6	22,7	18,3	0	254,9								
Чеснок	4	3,2	0,2	0	0,9	4,4								
Масло подсолнечное	2	2	0	1,8	0	15,8								
Соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
Выход:		80	22,9	20	0,9	275,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Говядина 1 категории	0,1	0,2	0	0	0	64	351	10	25	212	3	9,3	0	82
Чеснок	0	0	0	0	0,1	0,4	6,9	5,1	0,8	2,8	0	0,3	0,4	0,3
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0	1,6	0,1	0,3	0	20	0	0
Выход:	0,1	0,2	0	0	0,1	212	358	17	26	215	3,1	29,6	0,4	82

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на крупные куски. Чеснок перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают на кусочки 2-3 мм длиной и 1-2

мм толщиной. Мясо шпигуют кусочками чеснока, солят, заворачивают в фольгу, предварительно смазанную подсолнечным маслом, и запекают до готовности в жарочном шкафу при температуре 150–180°С. Готовность мяса проверяют поварской иглой. Готовое мясо нарезают поперек волокон по на тонкие кусочки и раскладывают на порции. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – мясо нарезано ровными кусочками; консистенция – мягкая, упругая; цвет, запах и вкус – мясной.

3.8 СОУСЫ

СОУС СМЕТАННЫЙ

Номер рецептуры: 54-1соус (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
мука пшеничная высший сорт	2,5	2,5	0,3	0	1,6	7,6								
масло сливочное	2,5	2,5	0	1,6	0	14,5								
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	0								
вода	55	55	0	0	0	0								
Выход:		100	1,5	8,2	3,2	92,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	2,53	0,4	0,4	1,9	0,03	0	0,13	0,6
масло сливочное	0	0	6,75	0,03	0	0,3	0,62	0,5	0	0,7	0	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	8,8	0	0,1	0	0	0	1,2	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,04	38,9	0,03	0,08	24	51,3	40	4,3	29	0,12	5,7	0,33	7,6

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Муку подсушивают при температуре 110-120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов, растирают со сливочным маслом, вливают 1/4 горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшуюся воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения.

Белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса; консистенция - жидкой сметаны; цвет - белый с кремовым оттенком; вкус и запах - сметанный.

СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ

Номер рецептуры: 54-2соус (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
мука пшеничная высший сорт	5	5	0,5	0,1	3,2	15,3								
лук репчатый	4,5	4	0,1	0	0,3	1,5								
петрушка (корень)	3,4	3	0	0	0,3	1,4								
масло сливочное	5	5	0	3,2	0,1	29,1								
лавровый лист	0,5	0,5	0	0	0,2	1,4								
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	0								
бульон	110	110	2,1	0,5	0,3	13,8								
Выход:		100	2,7	3,8	4,4	62,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,1	5,06	0,8	0,7	3,7	0,05	0,1	0,26	1,1
лук репчатый	0	0	0	0	0,16	0,1	5,81	1,1	0,5	2	0,03	0,1	0,02	1,2
петрушка (корень)	0	0	0,04	0	0,42	0,2	8,52	1,5	0,6	1,9	0,02	0	0	3,3
масло сливочное	0	0	13,5	0,07	0	0,6	1,25	1,1	0	1,3	0,01	0	0,04	0,1
лавровый лист	0	0	0,93	0	0,09	0,1	2,2	3,7	0,5	0,5	0,19	0	0,01	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	8,8	0	0,1	0	0	0	1,2	0	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0	14,5	0,07	0,67	9,9	22,8	8,2	2,3	9,5	0,3	1,4	0,33	5,8

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. В растопленное сливочное масло всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании до кремового цвета, не допуская пригорания.

В пассерованную муку, охлажденную до 60-70 градусов С, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают, до образования однородной массы, затем добавляют остывший бульон.

В соус добавляют нарезанные петрушку, лук и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, лавровый лист. Затем соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Готовый соус используют для приготовления производных соусов.

Если соус используют как самостоятельный, его заправляют кислотой лимонной (1 гр. на 1 литр) и маслом сливочным (70 гр. на 1 литр).

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса без комочков; консистенция - однородная, полужидкая, вязкая; цвет - от белого до светло-кремового; вкус - нежный, насыщенный; запах - запах продуктов, входящих в соус.

СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ

Номер рецептуры: 54-3соус (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
томатное пюре	20	20	0,7	0	2,1	11,3								
морковь	10	8	0,1	0	0,5	2,5								
лук репчатый	4,5	4	0,1	0	0,3	1,5								
мука пшеничная высший сорт	5	5	0,5	0,1	3,2	15,3								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,5								
сахар-песок	2,5	2,5	0	0	2,3	9,1								
петрушка (корень)	2,3	2	0	0	0,2	0,9								
лавровый лист	0,02	0,02	0	0	0	0,1								
соль поваренная йодированная	0,03	0,03	0	0	0	0								
бульон	100	100	1,9	0,4	0,3	12,6								
Выход:		100	3,3	2,4	8,9	70,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
томатное пюре	0,01	0	24	0	2,08	1,5	111	3,5	8	12	0,35	0	0,12	0
морковь	0	0	96	0	0,16	1,3	13,3	1,9	2,6	3,8	0,05	0,4	0,01	4,4
лук репчатый	0	0	0	0	0,16	0,1	5,81	1,1	0,5	2	0,03	0,1	0,02	1,2
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,1	5,06	0,8	0,7	3,7	0,05	0,1	0,26	1,1
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,75	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,06	0	0	0	0,01	0	0	0
петрушка (корень)	0	0	0,02	0	0,28	0,1	5,68	1	0,4	1,3	0,01	0	0	2,2
лавровый лист	0	0	0,04	0	0	0	0,09	0,2	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	8,8	0	0,1	0	0	0	1,2	0	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0	128	0,04	2,68	12	142	9,2	12	24	0,52	1,8	0,44	9

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с петрушкой и морковью, припускают в небольшом количестве бульона мясного с добавлением масла сливочного в течении 10- 15 минут, затем вводят томат-пюре при слабом кипении припускают еще 10-15 минут.

Муку пшеничную просеивают и просушивают при температуре 150-160 градусов, периодически помешивая, до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают до температуры 70-80 градусов и разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и добавляют припущенные овощи и при слабом кипении варят в течении 45-60 минут. В конце варки добавляют соль, сахар, лист лавровый.

Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи и доводят до кипения.

Используют соус красный основной для приготовления производных соусов.

При использовании соуса красного основного как самостоятельного, его заправляют предварительно прокипяченным маслом сливочным, которое добавляют в соус, тщательно промешивают до полного соединения масла сливочного с соусом.

Затем соус нагревают до температуры от 80 до 85 градусов, но не кипятят.

Подают соус красный основной к мясным и рыбным блюдам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса; консистенция - жидкой сметаны, однородная, без комков муки; цвет: красноватый; вкус - нежный, насыщенный; запах - продуктов, входящих в соус.

СОУС СМЕТАННЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ

Номер рецептуры: 54-4соус (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сметана	100	100	2,4	13,2	3,3	141,7								
мука пшеничная высший сорт	5	5	0,5	0,1	3,2	15,3								
масло сливочное	5	5	0	3,2	0,1	29,1								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Выход:		100	2,9	16,5	6,6	186,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сметана	0,02	0,08	64,2	0	0,16	30	96,3	77	7,8	52	0,17	9	0,35	14
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,1	5,06	0,8	0,7	3,7	0,05	0,1	0,26	1,1
масло сливочное	0	0	13,5	0,07	0	0,6	1,25	1,1	0	1,3	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
Выход:	0,03	0,08	77,7	0,07	0,16	119	103	80	8,6	57	0,24	21	0,65	15

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Для приготовления сметанного соуса подсушенную без изменения цвета муку, смешивают с маслом и небольшим количеством холодной сметаны, смесь разводят кипящей сметаной, варят 3 минуты, процеживают, добавляют соль и доводят до кипения повторно.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - консистенция густой сметаны, цвет белый, вкус сметанный.

СОУС МОЛОЧНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ

Номер рецептуры: 54-5соус (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
молоко	100	100	2,7	2,2	4,4	48,2								
мука пшеничная высший сорт	8	8	0,8	0,1	5,1	24,4								
масло сливочное	8	8	0,1	5,1	0,1	46,6								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Выход:		100	3,6	7,4	9,6	119,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
молоко	0,03	0,12	13,2	0	0,52	38	121	106	12	78	0,09	9	1,76	20
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,2	8,1	1,3	1,1	6	0,08	0,1	0,42	1,8
масло сливочное	0	0,01	21,6	0,1	0	0,9	1,99	1,7	0	2,1	0,01	0	0,07	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
Выход:	0,04	0,13	34,8	0,1	0,52	127	131	110	13	87	0,19	21	2,25	22

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Для приготовления молочного соуса – муку со сливочным маслом подсушивают, добавляют горячее молоко и варят при слабом кипении 7-10 минут, помешивая, процеживают, заправляют солью и еще раз доводят до кипения

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - консистенция жидкая без комочков, цвет белый, вкус молочный.

СОУС МОЛОЧНЫЙ БЕЗГЛУТЕНОВЫЙ

Номер рецептуры: 54-6соус (от 1 до 7 лет)– для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
молоко	75	75	2	1,7	3,3	36,1								
масло сливочное	13	13	0,1	8,3	0,2	75,7								
мука рисовая	6	6	0,4	0	4,4	19,5								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
вода	15	15	0	0	0	0								
Выход:		100	2,5	10	7,9	131,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
молоко	0,02	0,09	9,9	0	0,39	29	90,9	79	9,1	59	0,07	6,8	1,32	15
масло сливочное	0	0,01	35,1	0,17	0	1,5	3,24	2,8	0	3,4	0,02	0	0,11	0,4
мука рисовая	0	0	0	0	0	1	2,49	1,1	1,6	6,2	0,07	0	0,8	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,1	45	0,17	0,39	119	96,6	84	11	69	0,17	19	2,23	15

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Муку пассеруют на масле. Пассерованную муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 минут при слабом кипении. Затем добавляют

соль, процеживают и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – однородная масса с гладкой поверхностью; цвет – от белого до светло-кремового; вкус – нежный, умеренно соленый; запах – кипяченого молока; консистенция – густая, вязкая.

СОУС ШОКОЛАДНЫЙ

Номер рецептуры: 54-7соус (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
молоко сгущенное с сахаром	91	91	6,2	6,8	46	269,7								
какао-порошок	20	20	4,6	2,6	1,9	49,5								
сахар-песок	40	40	0	0	36,3	145,3								
вода	40	40	0	0	0	0								
ванилин	0,02	0,02	0	0	0	0,1								
Выход:		200	10,8	9,4	84,2	464,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
молоко сгущенное с сахаром	0,04	0,28	25,7	0	0,36	90	276	246	27	173	0,16	6,4	2,4	32
какао-порошок	0,01	0,03	0,36	0	0	2	250	23	74	114	3,83	0	0	49
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,3	1	0,7	0	0	0,1	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,31	26	0	0,36	92	527	269	101	287	4,09	6,4	2,4	81

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Какао смешивают с сахаром. Молоко сгущенное разводят горячей водой, нагревают до кипения и при непрерывном помешивании вливают смесь какао с сахаром, доводят до кипения, процеживают и охлаждают. В охлажденный соус вводят ванилин, растворенный в теплой воде (1:20). Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – однородная масса; консистенция - вязкая; цвет - светло-коричневый; вкус - сладкий, нежный; запах - сладкий, молочный, выраженный аромат ванили.

СИРОП ШОКОЛАДНЫЙ

Номер рецептуры: 54-8соус (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
какао-порошок	11	11	2,5	1,5	1	27,2
сахар-песок	52,5	52,5	0	0	47,7	190,7
вода	50	50	0	0	0	0
ванилин	0,05	0,05	0	0	0,1	0,2
Выход:		100	2,5	1,5	48,7	218,1

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
какао-порошок	0,01	0,02	0,2	0	0	1,1	138	12	41	63	2,11	0	0	27
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,4	1,31	0,9	0	0	0,14	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,02	0,2	0	0	1,5	139	13	41	63	2,24	0	0	27

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Какао-порошок растирают с сахаром, добавляют горячую воду и тщательно размешивают. Полученную смесь доводят до кипения. Ванилин растворяют в теплой воде (1:20) и вводят в готовый шоколадный сироп. Сироп охлаждают.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – однородная масса; консистенция - жидкая; цвет - светло-коричневый; вкус - сладкий, нежный; запах - сладкий, молочный, выраженный аромат ванили.

СОУС КЛЮКВЕННЫЙ

Номер рецептуры: 54-9соус (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
клюква	10,7	10	0,05	0,02	0,34	1,7
крахмал картофельный	3	3	0	0	2,13	8,6
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3
вода	90	90	0	0	0	0
Выход:		100	0,05	0,02	11,5	46,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	0,6	0,1	9,88	1,2	1,3	1	0,05	0	0,01	1
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,1	0,37	1,1	0	2	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0	0	0,6	0,3	10,5	2,5	1,3	3	0,08	0	0,01	1

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Клюкву перебирают, промывают, отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой и кипятят 5-8 минут, затем процеживают. В отвар добавляют сахар и доводят до кипения. Одновременно разводят крахмал холодной кипяченой водой или охлажденным ягодным отваром. В горячий ягодный сироп сразу вливают процеженный крахмал и, помешивая, доводят до кипения. После этого в него вливают ранее отжатый сок. Готовый соус охлаждают.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Цвет - красно-розовый; консистенция - жидкая, однородная; вкус - кисло-сладкий; запах - клюквы.

СОУС ИЗ КУРАГИ

Номер рецептуры: 54-10соус (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
курага	11,8	11	0,5	0	5,1	22,8								
сахар-песок	60	60	0	0	54,5	218								
вода	40	40	0	0	0	0								
Выход:		100	0,5	0	59,6	240,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
курага	0,01	0,02	38,5	0	0,18	1,4	157	15	10	14	0,31	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,5	1,49	1,1	0	0	0,16	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,02	38,5	0	0,18	1,9	158	17	10	14	0,47	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Курагу перебирают, промывают, заливают холодной водой и оставляют на 2-3 часа. Затем ее варят в той же воде до готовности, протирают, добавляют сахар и при помешивании проваривают до загустения. Готовый соус охлаждают.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - жидкая, однородная, без частиц не протертой кураги; цвет - светло-коричневый; вкус - сладкий; запах - кураги.

СОУС ВИШНЕВЫЙ

Номер рецептуры: 54-11соус (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
вишня	53	50	0,4	0,1	4,8	21,6								
сахар-песок	50	50	0	0	45,4	181,6								
Выход:		100	0,4	0,1	50,2	203,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0,01	0,01	5,1	0	3	7,6	106	16	11	13	0,22	1	0,04	6,5
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,4	1,24	0,9	0	0	0,13	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	5,1	0	3	8	107	17	11	13	0,35	1	0,04	6,5

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Вишню перебирают, промывают, удаляют косточки, пересыпают сахаром и оставляют в холодном месте на 2-3 часа для выделения сока, затем варят 15-20 мин. Готовый соус охлаждают. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - жидкая, однородная, без частиц не протертой ягоды; цвет - вишневый; вкус - сладкий; запах: вишни.

3.9 ГОРЯЧИЕ НАПИТКИ

ЧАЙ БЕЗ САХАРА

Номер рецептуры: 54-4з (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
вода	150	150	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	0,1	1,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0

Номер рецептуры: 54-1гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
вода	200	200	0	0	0	0								
Выход:		200	0,2	0	0,1	1,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка.

Чай разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю.

ЧАЙ С САХАРОМ**Номер рецептуры: 54-2гн (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вода	150	150	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	4,9	20,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,6	3,4	2,9	5,4	0,55	0	0	0

Номер рецептуры: 54-2гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4
вода	200	200	0	0	0	0
Выход:		200	0,2	0	6,5	26,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
	чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0,01	0,3	0	0,04	0,7	20,8	4,5	3,8	7,2	0,73	0	0	0	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар.

Чай разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром.

ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ

Номер рецептуры: 54-3гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
лимон	5,6	5,3	0,1	0	0,2	0,8
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1
вода	146,3	146,3	0	0	0	0
Выход:		150	0,2	0	5	20,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
	лимон	0	0	0,06	0	0,84	0,4	7,1	1,8	0,5	1	0,03	0	0,02	0,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0,01	0,29	0	0,87	0,9	22,7	5,2	3,4	6,4	0,58	0	0,02	0,5	

Номер рецептуры: 54-3гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
лимон	7,5	7	0,1	0	0,2	1,1
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4
вода	195	195	0	0	0	0
Выход:		200	0,3	0	6,7	27,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
	лимон	0	0	0,08	0	1,12	0,6	9,47	2,5	0,7	1,3	0,04	0	0,02	0,7
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0,01	0,38	0	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,77	0	0,02	0,7	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар.

Чай разливают по стаканам и добавляют подготовленный и нарезанный кружочками лимон.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром и лимоном.

ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ

Номер рецептуры: 54-4гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
молоко	37,5	37,5	1,1	0,8	1,7	18,1								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вода	112,5	112,5	0	0	0	0								
Выход:		150	1,2	0,8	6,5	38,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
молоко	0,01	0,05	4,95	0	0,2	14	45,4	40	4,6	29	0,03	3,4	0,66	7,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,05	5,18	0	0,23	15	61	43	7,4	35	0,58	3,4	0,66	7,5

Номер рецептуры: 54-4гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
молоко	50	50	1,4	1,1	2,2	24,1								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	150	150	0	0	0	0								
Выход:		200	1,6	1,1	8,7	50,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
молоко	0,01	0,06	6,6	0	0,26	19	60,6	53	6,1	39	0,04	4,5	0,88	10
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,07	6,9	0	0,3	20	81,3	57	9,9	46	0,77	4,5	0,88	10

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют

оставшийся объем кипятка, сахар и горячее кипяченое молоко. Чай разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с молоком и сахаром.

ЧАЙ С ОБЛЕПИХОЙ И САХАРОМ Номер рецептуры: 54-5гн (от 1 до 3лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	9,6	9	0,1	0,5	0,5	6,2								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вода	138,8	138,8	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,5	5,3	26,3								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0	13,5	0	7,2	0,3	14,4	1,7	2,3	0,7	0,11	0,1	0,08	1,1
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	13,7	0	7,23	0,8	30	5,1	5,2	6,1	0,66	0,1	0,08	1,1

Номер рецептуры: 54-5гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	12,8	12	0,1	0,6	0,6	8,2								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	185	185	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,6	7,1	35								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0	18	0	9,6	0,4	19,2	2,3	3,1	0,9	0,15	0,1	0,1	1,4
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	18,3	0	9,64	1	40	6,8	7	8,1	0,88	0,1	0,1	1,4

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ СО СМОРОДИНОЙ И САХАРОМ

Номер рецептуры: 54-бгн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
смородина черная	9,6	9	0,1	0	0,6	3								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вода	138,8	138,8	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	5,5	23,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смородина черная	0	0	0,92	0	7,2	2,2	26,1	2,9	2,4	2,6	0,11	0,1	0,09	1,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	1,14	0	7,23	2,7	41,7	6,2	5,3	8	0,65	0,1	0,09	1,5

Номер рецептуры: 54-бгн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
смородина черная	12,8	12	0,1	0	0,8	4								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	185	185	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0	7,3	30,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смородина черная	0	0	1,22	0	9,6	2,9	34,9	3,8	3,2	3,5	0,14	0,1	0,12	2
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	1,52	0	9,64	3,6	55,6	8,3	7,1	11	0,87	0,1	0,12	2

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С МАЛИНОЙ И САХАРОМ

Номер рецептуры: 54-7гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
малина	9,6	9	0,1	0,1	0,7	3,4								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вода	138,8	138,8	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	5,6	23,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
малина	0	0	1,79	0	0,9	0,7	16,7	3,2	1,7	2,9	0,1	0	0,02	0,3
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	2,01	0	0,93	1,2	32,3	6,5	4,6	8,3	0,65	0	0,02	0,3

Номер рецептуры: 54-7гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
малина	12,8	12	0,1	0,1	0,9	4,5								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	185	185	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,1	7,4	31,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
малина	0	0	2,38	0	1,2	0,9	22,3	4,2	2,3	3,9	0,13	0	0,02	0,4
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	2,68	0	1,24	1,6	43,1	8,7	6,1	11	0,86	0	0,02	0,4

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С ЧЕРНИКОЙ И САХАРОМ

Номер рецептуры: 54-8гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
черника	9,6	9	0,1	0,1	0,6	3,3								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вода	138,8	138,8	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	5,5	23,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
черника	0	0	0	0	0,36	0,4	3,81	1,3	0,5	1	0,05	1	0,01	6,7
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,39	0,9	19,4	4,6	3,3	6,4	0,6	1	0,01	6,7

Номер рецептуры: 54-8гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
черника	12,8	12	0,1	0,1	0,8	4,4								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	185	185	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,1	7,3	31,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
черника	0	0	0	0	0,48	0,6	5,08	1,7	0,6	1,4	0,07	1,3	0,01	8,9
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,3	0	0,52	1,2	25,8	6,2	4,5	8,5	0,8	1,3	0,01	8,9

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С БРУСНИКОЙ И САХАРОМ

Номер рецептуры: 54-9гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	9,6	9	0,1	0,1	0,7	3,3								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вода	138,8	138,8	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	5,6	23,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,44	0	0,54	0,5	6,72	2	0,5	1,3	0,03	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,66	0	0,57	1	22,3	5,3	3,4	6,6	0,58	0	0	0

Номер рецептуры: 54-9гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	12,8	12	0,1	0,1	0,9	4,4								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	185	185	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,1	7,4	31,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,58	0	0,72	0,6	8,96	2,6	0,7	1,7	0,04	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,88	0	0,76	1,3	29,7	7,1	4,6	8,9	0,77	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С КЛЮКВОЙ И САХАРОМ

Номер рецептуры: 54-10гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
клюква	9,6	9	0,1	0	0,3	1,5								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вода	138,8	138,8	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	5,2	21,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	0,54	0,1	8,89	1,1	1,2	0,9	0,05	0	0,01	0,9
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,57	0,6	24,5	4,5	4,1	6,2	0,59	0	0,01	0,9

Номер рецептуры: 54-10гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
клюква	12,8	12	0,1	0	0,4	2								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	185	185	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0	6,9	28,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	0,72	0,1	11,9	1,5	1,6	1,2	0,06	0	0,01	1,2
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,3	0	0,76	0,8	32,6	6	5,4	8,3	0,79	0	0,01	1,2

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С МЕДОМ**Номер рецептуры: 54-11гн (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
вода	150	150	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	5,6	23,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,6	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,03	1	17,7	4,2	3,1	6,6	0,59	0,2	0	7,5

Номер рецептуры: 54-11гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
вода	200	200	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0	7,4	30,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,8	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,3	0	0,04	1,4	23,6	5,6	4,1	8,8	0,78	0,2	0	10

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют мед и предварительно процеженный заваренный чай.

Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с медом.

ЧАЙ С ЛИМОНОМ И МЕДОМ

Номер рецептуры: 54-12гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1								
лимон	5,6	5,3	0,1	0	0,2	0,8								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,3	0	5,7	24								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,6	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5
лимон	0	0	0,06	0	0,84	0,4	7,1	1,8	0,5	1	0,03	0	0,02	0,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,29	0	0,87	1,5	24,8	6	3,6	7,6	0,62	0,2	0,02	8

Номер рецептуры: 54-12гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
лимон	7,5	7	0,1	0	0,2	1,1								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,4	0	7,6	32								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,8	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
лимон	0	0	0,08	0	1,12	0,6	9,47	2,5	0,7	1,3	0,04	0	0,02	0,7
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,38	0	1,16	2	33	8,1	4,8	10	0,82	0,2	0,02	11

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют мед и предварительно процеженный заваренный чай. Чай разливают по стаканам и добавляют нарезанный лимон.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с медом и лимоном.

ЧАЙ С ОБЛЕПИХОЙ И МЕДОМ

Номер рецептуры: 54-13гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	9,6	9	0,1	0,5	0,5	6,2								
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
вода	135	135	0	0	0	0								
Выход:		150	0,3	0,5	6	29,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0	13,5	0	7,2	0,3	14,4	1,7	2,3	0,7	0,11	0,1	0,08	1,1
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,6	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	13,7	0	7,23	1,3	32,1	5,9	5,4	7,3	0,7	0,2	0,08	8,6

Номер рецептуры: 54-13гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	12,8	12	0,1	0,6	0,6	8,2								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		200	0,4	0,6	8	39,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0	18	0	9,6	0,4	19,2	2,3	3,1	0,9	0,15	0,1	0,1	1,4
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,8	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	18,3	0	9,64	1,7	42,8	7,9	7,2	9,7	0,93	0,3	0,1	11

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и мед. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с медом и ягодами.

ЧАЙ СО СМОРОДИНОЙ И МЕДОМ

Номер рецептуры: 54-14гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
смородина черная	9,6	9	0,1	0	0,6	3								
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
вода	135	135	0	0	0	0								
Выход:		150	0,3	0	6,2	26,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смородина черная	0	0	0,92	0	7,2	2,2	26,1	2,9	2,4	2,6	0,11	0,1	0,09	1,5
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,6	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	1,14	0	7,23	3,2	43,8	7	5,5	9,2	0,69	0,2	0,09	9

Номер рецептуры: 54-14гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
смородина черная	12,8	12	0,1	0	0,8	4								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		200	0,4	0	8,2	34,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смородина черная	0	0	1,22	0	9,6	2,9	34,9	3,8	3,2	3,5	0,14	0,1	0,12	2
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,8	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	1,52	0	9,64	4,3	58,4	9,4	7,3	12	0,92	0,3	0,12	12

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и мед. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с медом и ягодами.

ЧАЙ С МАЛИНОЙ И МЕДОМ

Номер рецептуры: 54-15гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
малина	9,6	9	0,1	0,1	0,7	3,4								
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
вода	135	135	0	0	0	0								
Выход:		150	0,3	0,1	6,2	26,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
малина	0	0	1,79	0	0,9	0,7	16,7	3,2	1,7	2,9	0,1	0	0,02	0,3
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,6	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	2,01	0	0,93	1,7	34,4	7,4	4,8	9,5	0,68	0,2	0,02	7,8

Номер рецептуры: 54-15гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
малина	12,8	12	0,1	0,1	0,9	4,5								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		200	0,4	0,1	8,3	35,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
малина	0	0	2,38	0	1,2	0,9	22,3	4,2	2,3	3,9	0,13	0	0,02	0,4
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,8	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	2,68	0	1,24	2,3	45,9	9,8	6,4	13	0,91	0,2	0,02	10

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и мед. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с медом и ягодами.

ЧАЙ С ЧЕРНИКОЙ И МЕДОМ

Номер рецептуры: 54-16гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
черника	9,6	9	0,1	0,1	0,6	3,3								
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
вода	135	135	0	0	0	0								
Выход:		150	0,3	0,1	6,2	26,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
черника	0	0	0	0	0,36	0,4	3,81	1,3	0,5	1	0,05	1	0,01	6,7
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,6	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,39	1,4	21,5	5,5	3,5	7,6	0,64	1,1	0,01	14

Номер рецептуры: 54-16гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
черника	12,8	12	0,1	0,1	0,8	4,4								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		200	0,4	0,1	8,2	35,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
черника	0	0	0	0	0,48	0,6	5,08	1,7	0,6	1,4	0,07	1,3	0,01	8,9
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,8	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,3	0	0,52	1,9	28,7	7,3	4,7	10	0,85	1,5	0,01	19

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и мед. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с медом и ягодами.

ЧАЙ С БРУСНИКОЙ И МЕДОМ

Номер рецептуры: 54-17гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	9,6	9	0,1	0,1	0,7	3,3								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1								
вода	135	135	0	0	0	0								
Выход:		150	0,3	0,1	6,2	26,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,44	0	0,54	0,5	6,72	2	0,5	1,3	0,03	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,6	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,66	0	0,57	1,5	24,4	6,2	3,6	7,8	0,62	0,2	0	7,5

Номер рецептуры: 54-17гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	12,8	12	0,1	0,1	0,9	4,4								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		200	0,4	0,1	8,3	35,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,58	0	0,72	0,6	8,96	2,6	0,7	1,7	0,04	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,8	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,88	0	0,76	2	32,5	8,2	4,8	10	0,82	0,2	0	10

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и мед. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с медом и ягодами.

ЧАЙ С КЛЮКВОЙ И МЕДОМ

Номер рецептуры: 54-18гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
клюква	9,6	9	0,1	0	0,3	1,5								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1								
вода	135	135	0	0	0	0								
Выход:		150	0,3	0	5,9	24,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	0,54	0,1	8,89	1,1	1,2	0,9	0,05	0	0,01	0,9
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,6	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,57	1,1	26,6	5,3	4,2	7,4	0,63	0,2	0,01	8,4

Номер рецептуры: 54-18гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
клюква	12,8	12	0,1	0	0,4	2								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		200	0,4	0	7,8	32,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	0,72	0,1	11,9	1,5	1,6	1,2	0,06	0	0,01	1,2
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,8	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,3	0	0,76	1,5	35,4	7,1	5,7	9,9	0,84	0,2	0,01	11

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и мед. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Вкус и запах - свойственные чаю с медом и ягодами.

ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ВИШНЕЙ, МАЛИНОЙ И ЯБЛОКАМИ

Номер рецептуры: 54-19гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
вишня	4,8	4,5	0	0	0,5	2								
яблоко	5,1	4,5	0	0	0,4	1,8								
малина	4,8	4,5	0	0	0,4	1,7								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
вода	135	135	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	1,3	6,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0	0	0,46	0	0,27	0,7	9,56	1,5	1	1,2	0,02	0,1	0,01	0,6
яблоко	0	0	0,14	0	0,18	0,9	10,4	0,6	0,4	0,4	0,08	0,1	0,02	0,4
малина	0	0	0,89	0	0,45	0,3	8,37	1,6	0,9	1,4	0,05	0	0,01	0,1
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	1,71	0	0,93	2,4	43,7	6,9	5,1	8,4	0,68	0,2	0,03	1,1

Номер рецептуры: 54-19гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
вишня	6,4	6	0	0	0,6	2,6								
яблоко	6,8	6	0	0	0,5	2,4								
малина	6,4	6	0	0	0,5	2,2								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		200	0,2	0	1,7	8,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0	0	0,61	0	0,36	0,9	12,8	2	1,4	1,6	0,03	0,1	0,01	0,8
яблоко	0	0	0,18	0	0,24	1,2	13,8	0,8	0,5	0,6	0,11	0,1	0,02	0,5
малина	0	0	1,19	0	0,6	0,5	11,2	2,1	1,2	1,9	0,06	0	0,01	0,2
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	2,28	0	1,24	3,2	58,3	9,3	6,8	11	0,91	0,3	0,04	1,4

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, косточки, моют кипяченой водой.

Яблоки моют, очищают от кожуры, удаляют семенное гнездо и нарезают мелкими ломтиками.

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, яблоки и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами и яблоком.

ЧАЙ С ГРУШЕЙ И АПЕСЛЬСИНОМ

Номер рецептуры: 54-20гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
апельсин	11	7,5	0,1	0	0,5	2,6								
груша	8,5	7,5	0	0	0,7	3,1								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
вода	135	135	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	1,3	6,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
апельсин	0	0	0,36	0	1,8	0,7	12,3	2,2	0,8	1,5	0,02	0,2	0,03	1,3
груша	0	0	0,09	0	0,15	0,8	9,65	1,3	0,8	1	0,15	0,1	0,01	0,8
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,68	0	1,98	2	37,4	6,8	4,5	7,9	0,71	0,2	0,04	2

Номер рецептуры: 54-20гн(от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
апельсин	14,7	10	0,1	0	0,7	3,4								
груша	11,3	10	0	0	0,9	4,1								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0	1,7	8,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
апельсин	0	0	0,48	0	2,4	1	16,4	3	1,1	2	0,03	0,2	0,04	1,7
груша	0	0	0,12	0	0,2	1,1	12,9	1,7	1	1,4	0,2	0,1	0,01	1
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,9	0	2,64	2,7	49,8	9	6	11	0,94	0,3	0,05	2,7

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Апельсины моют, очищают, нарезают ломтиками.

Груши моют, очищают от кожуры, удаляют семенное гнездо и нарезают мелкими ломтиками.

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют груши и апельсины, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с апельсином и грушей.

КАКАО С МОЛОКОМ

Номер рецептуры: 54-21гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
какао-порошок	3,8	3,8	0,8	0,5	0,4	9,3								
молоко	97,5	97,5	2,6	2,2	4,3	47								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вода	60	60	0	0	0	0								
Выход:		150	3,5	2,7	9,5	75,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
какао-порошок	0	0,01	0,07	0	0	0,4	47	4,2	14	21	0,72	0	0	9,2
молоко	0,03	0,12	12,9	0	0,51	37	118	103	12	76	0,08	8,8	1,72	20
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,13	12,9	0	0,51	37	165	107	26	98	0,82	8,8	1,72	29

Номер рецептуры: 54-21гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
какао-порошок	5	5	1,1	0,7	0,5	12,4								
молоко	130	130	3,5	2,9	5,7	62,6								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	80	80	0	0	0	0								
Выход:		200	4,6	3,6	12,6	100,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
какао-порошок	0	0,01	0,09	0	0	0,5	62,6	5,6	18	28	0,96	0	0	12
молоко	0,04	0,16	17,2	0	0,68	49	158	137	16	102	0,11	12	2,29	26
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,17	17,3	0	0,68	50	220	143	34	130	1,09	12	2,29	38

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные какао с сахаром.

КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ

Номер рецептуры: 54-22гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
какао-порошок	3	3	0,7	0,4	0,3	7,4								
молоко сгущенное с сахаром	28,5	28,5	2	2,1	14,4	84,5								
сахар-песок	2,3	2,3	0	0	2	8,2								
вода	131,6	131,6	0	0	0	0								
Выход:		150	2,6	2,5	16,7	100,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
какао-порошок	0	0,01	0,05	0	0	0,3	37,6	3,4	11	17	0,58	0	0	7,4
молоко сгущенное с сахаром	0,02	0,09	8,04	0	0,11	28	86,3	77	8,4	54	0,05	2	0,75	10
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0	0	0,01	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,1	8,09	0	0,11	28	124	80	20	71	0,64	2	0,75	17

Номер рецептуры: 54-22гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
какао-порошок	4	4	0,9	0,5	0,4	9,9								
молоко сгущенное с сахаром	38	38	2,6	2,8	19,2	112,6								
сахар-песок	3	3	0	0	2,7	10,9								
вода	175,5	175,5	0	0	0	0								
Выход:		200	3,5	3,3	22,3	133,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
какао-порошок	0	0,01	0,07	0	0	0,4	50,1	4,5	15	23	0,77	0	0	9,8
молоко сгущенное с сахаром	0,02	0,12	10,7	0	0,15	38	115	103	11	72	0,07	2,7	1	13
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,07	0,1	0	0	0,01	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,13	10,8	0	0,15	38	165	107	26	95	0,85	2,7	1	23

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают сгущенное молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные какао с сахаром.

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ

Номер рецептуры: 54-23гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
кофейный напиток	3,8	3,8	0,8	0,5	0,4	9,3								
молоко	75	75	2	1,7	3,3	36,2								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вода	90	90	0	0	0	0								
Выход:		150	2,9	2,2	8,5	64,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
кофейный напиток	0	0,01	0,07	0	0	0,4	47	4,2	14	21	0,72	0	0	0
молоко	0,02	0,09	9,9	0	0,39	29	90,9	79	9,1	59	0,07	6,8	1,32	15
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,1	9,97	0	0,39	29	138	84	23	80	0,8	6,8	1,32	15

Номер рецептуры: 54-23гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
кофейный напиток	5	5	1,1	0,7	0,5	12,4								
молоко	100	100	2,7	2,2	4,4	48,2								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	120	120	0	0	0	0								
Выход:		200	3,8	2,9	11,3	86								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
кофейный напиток	0	0,01	0,09	0	0	0,5	62,6	5,6	18	28	0,96	0	0	0
молоко	0,03	0,12	13,2	0	0,52	38	121	106	12	78	0,09	9	1,76	20
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,13	13,3	0	0,52	39	184	111	31	107	1,07	9	1,76	20

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Воду доводят до кипения, добавляют кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные кофейному напитку с молоком и сахаром.

ЧАЙ ЗЕЛЕНый С СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-24гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
чай зеленый листовой	0,8	0,8	0,2	0	0,1	0,8								
вода	150	150	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	1,2	5,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
чай зеленый листовой	0	0,01	0	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0

Номер рецептуры: 54-24гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
чай зеленый листовой	1	1	0,2	0	0,1	1								
вода	200	200	0	0	0	0								
Выход:		200	0,2	0	1,6	6,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
чай зеленый листовой	0	0,01	0	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка.

Чай разливают по стаканам и добавляют порционно сироп.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю.

ЧАЙ С СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-25гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
вода	150	150	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	1,2	5,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0

Номер рецептуры: 54-25гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
вода	200	200	0	0	0	0								
Выход:		200	0,2	0	1,6	7,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка.

Чай разливают по стаканам и добавляют порционно сироп.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю.

ЧАЙ С МОЛОКОМ И СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-26гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал								
	брутто	нетто												
молоко	37,5	37,5	1,1	0,8	1,7	18,1								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
вода	112,5	112,5	0	0	0	0								
Выход:		150	1,2	0,8	2,9	23,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
молоко	0,01	0,05	4,95	0	0,2	14	45,4	40	4,6	29	0,03	3,4	0,66	7,5
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,05	5,18	0	0,23	15	60,9	43	7,4	35	0,56	3,4	0,66	7,5

Номер рецептуры: 54-26гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал								
	брутто	нетто												
молоко	50	50	1,4	1,1	2,2	24,1								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
вода	150	150	0	0	0	0								
Выход:		200	1,6	1,1	3,8	31,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
молоко	0,01	0,06	6,6	0	0,26	19	60,6	53	6,1	39	0,04	4,5	0,88	10
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,07	6,9	0	0,3	20	81,2	57	9,9	46	0,75	4,5	0,88	10

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка и горячее кипяченое молоко. Чай разливают по стаканам и добавляют порционно сироп.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с молоком.

ЧАЙ С ЛИМОНОМ И СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-27гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
лимон	5,6	5,3	0,1	0	0,2	0,8								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
вода	150	150	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	1,4	6,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
лимон	0	0	0,06	0	0,84	0,4	7,1	1,8	0,5	1	0,03	0	0,02	0,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,29	0	0,87	0,9	22,5	5,1	3,4	6,4	0,56	0	0,02	0,5

Номер рецептуры: 54-27гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
лимон	7,5	7	0,1	0	0,2	1,1								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
вода	200	200	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0	1,8	8,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
лимон	0	0	0,08	0	1,12	0,6	9,47	2,5	0,7	1,3	0,04	0	0,02	0,7
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,38	0	1,16	1,2	30,1	6,8	4,6	8,5	0,75	0	0,02	0,7

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Лимоны перебирают, моют, нарезают ломтиками.

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка.

Разливают по стаканам, порционно добавляют сироп и лимон.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с лимоном.

ЧАЙ С ОБЛЕПИХОЙ И СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-28гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	9,6	9	0,1	0,5	0,5	6,2								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,5	1,7	11,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0	13,5	0	7,2	0,3	14,4	1,7	2,3	0,7	0,11	0,1	0,08	1,1
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	13,7	0	7,23	0,7	29,9	5	5,2	6,1	0,65	0,1	0,08	1,1

Номер рецептуры: 54-28гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	12,8	12	0,1	0,6	0,6	8,2								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,6	2,2	15,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0	18	0	9,6	0,4	19,2	2,3	3,1	0,9	0,15	0,1	0,1	1,4
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	18,3	0	9,64	1	39,8	6,7	7	8,1	0,86	0,1	0,1	1,4

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ СО СМОРОДИНОЙ И СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-29гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
смородина черная	9,6	9	0,1	0	0,6	3								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	1,8	8,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смородина черная	0	0	0,92	0	7,2	2,2	26,1	2,9	2,4	2,6	0,11	0,1	0,09	1,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	1,14	0	7,23	2,7	41,6	6,1	5,3	8	0,64	0,1	0,09	1,5

Номер рецептуры: 54-29гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
смородина черная	12,8	12	0,1	0	0,8	4								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0	2,4	11,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смородина черная	0	0	1,22	0	9,6	2,9	34,9	3,8	3,2	3,5	0,14	0,1	0,12	2
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	1,52	0	9,64	3,5	55,4	8,2	7,1	11	0,85	0,1	0,12	2

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С МАЛИНОЙ И СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-30гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
малина	9,6	9	0,1	0,1	0,7	3,4								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	1,9	8,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
малина	0	0	1,79	0	0,9	0,7	16,7	3,2	1,7	2,9	0,1	0	0,02	0,3
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	2,01	0	0,93	1,1	32,2	6,4	4,6	8,3	0,63	0	0,02	0,3

Номер рецептуры: 54-30гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
малина	12,8	12	0,1	0,1	0,9	4,5								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,1	2,5	11,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
малина	0	0	2,38	0	1,2	0,9	22,3	4,2	2,3	3,9	0,13	0	0,02	0,4
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	2,68	0	1,24	1,5	42,9	8,6	6,1	11	0,84	0	0,02	0,4

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С ЧЕРНИКОЙ И СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-31гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
черника	9,6	9	0,1	0,1	0,6	3,3								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	1,8	8,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
черника	0	0	0	0	0,36	0,4	3,81	1,3	0,5	1	0,05	1	0,01	6,7
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,39	0,9	19,2	4,5	3,3	6,4	0,59	1	0,01	6,7

Номер рецептуры: 54-31гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	12,8	12	0,1	0,1	0,9	4,4								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,1	2,5	11,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,58	0	0,72	0,6	8,96	2,6	0,7	1,7	0,04	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,88	0	0,76	1,3	29,5	7	4,6	8,9	0,75	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С БРУСНИКОЙ И СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-32гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	9,6	9	0,1	0,1	0,7	3,3								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	1,9	8,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,44	0	0,54	0,5	6,72	2	0,5	1,3	0,03	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,66	0	0,57	0,9	22,2	5,3	3,4	6,6	0,56	0	0	0

Номер рецептуры: 54-32гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	12,8	12	0,1	0,1	0,9	4,4								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,1	2,5	11,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,58	0	0,72	0,6	8,96	2,6	0,7	1,7	0,04	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,88	0	0,76	1,3	29,5	7	4,6	8,9	0,75	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С КЛЮКВОЙ И СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-33гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
клюква	9,6	9	0,1	0	0,3	1,5								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	1,5	6,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	0,54	0,1	8,89	1,1	1,2	0,9	0,05	0	0,01	0,9
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,57	0,5	24,3	4,4	4,1	6,2	0,58	0	0,01	0,9

Номер рецептуры: 54-33гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
клюква	12,8	12	0,1	0	0,4	2								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0	2	9,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	0,72	0,1	11,9	1,5	1,6	1,2	0,06	0	0,01	1,2
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,3	0	0,76	0,7	32,4	5,8	5,4	8,3	0,77	0	0,01	1,2

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ И СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-34гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
яблоко	10,2	9	0	0	0,8	3,6								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	2	9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яблоко	0	0	0,27	0	0,36	1,8	20,8	1,3	0,7	0,9	0,17	0,2	0,02	0,7
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,5	0	0,39	2,2	36,2	4,5	3,6	6,2	0,71	0,2	0,02	0,7

Номер рецептуры: 54-34гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
яблоко	13,6	12	0	0	1,1	4,8								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,2	0	2,7	12								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яблоко	0	0	0,36	0	0,48	2,4	27,7	1,7	0,9	1,2	0,23	0,2	0,03	1
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,66	0	0,52	3	48,3	6,1	4,8	8,3	0,94	0,2	0,03	1

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Яблоки моют, очищают от кожуры, удаляют семенное гнездо и нарезают мелкими ломтиками.

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают, добавляют яблоки и оставшийся объем кипятка, настаивают не менее 5 минут, разливают по стаканам, порционно добавляют сироп. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с яблоком

ЧАЙ С ЛИМОНОМ И МАЛИНОВЫМ СИРОПОМ НА ФРУКТОЗЕ

Номер рецептуры: 54-35гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
лимон	5,6	5,3	0,1	0	0,2	0,8								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп малина на фруктозе	3,8	3,8	0	0	2,3	8,9								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	2,5	10,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
лимон	0	0	0,06	0	0,84	0,4	7,1	1,8	0,5	1	0,03	0	0,02	0,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп малина на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,29	0	0,87	0,9	22,5	5,1	3,4	6,4	0,56	0	0,02	0,5

Номер рецептуры: 54-35гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
лимон	7,5	7	0,1	0	0,2	1,1								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп малина на фруктозе	5	5	0	0	3	11,8								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0	3,3	14,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
лимон	0	0	0,08	0	1,12	0,6	9,47	2,5	0,7	1,3	0,04	0	0,02	0,7
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп малина на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,38	0	1,16	1,2	30,1	6,8	4,6	8,5	0,75	0	0,02	0,7

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Лимоны перебирают, моют, нарезают ломтиками.

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка.

Разливают по стаканам, порционно добавляют сироп и лимон.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с лимоном.

ЧАЙ С ЛИМОНОМ И БРУСНИЧНЫМ СИРОПОМ НА ФРУКТОЗЕ

Номер рецептуры: 54-36гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
лимон	5,6	5,3	0,1	0	0,2	0,8								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп брусника на фруктозе	3,8	3,8	0	0	1,7	7								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	2	8,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
лимон	0	0	0,06	0	0,84	0,4	7,1	1,8	0,5	1	0,03	0	0,02	0,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп брусника на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,29	0	0,87	0,9	22,5	5,1	3,4	6,4	0,56	0	0,02	0,5

Номер рецептуры: 54-36гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
лимон	7,5	7	0,1	0	0,2	1,1								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп брусника на фруктозе	5	5	0	0	2,3	9,3								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0	2,6	11,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
лимон	0	0	0,08	0	1,12	0,6	9,47	2,5	0,7	1,3	0,04	0	0,02	0,7
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп брусника на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,38	0	1,16	1,2	30,1	6,8	4,6	8,5	0,75	0	0,02	0,7

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Лимоны перебирают, моют, нарезают ломтиками.

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка.

Разливают по стаканам, порционно добавляют сироп и лимон.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с лимоном.

ЧАЙ С ОБЛЕПИХОЙ И ОБЛЕПИХОВЫМ СИРОПОМ НА ФРУКТОЗЕ

Номер рецептуры: 54-37гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	9,6	9	0,1	0,5	0,5	6,2								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп облепиха на фруктозе	3,8	3,8	0	0	2,2	8,6								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,5	2,7	15,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0	13,5	0	7,2	0,3	14,4	1,7	2,3	0,7	0,11	0,1	0,08	1,1
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп облепиха на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	13,7	0	7,23	0,7	29,9	5	5,2	6,1	0,65	0,1	0,08	1,1

Номер рецептуры: 54-37гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	12,8	12	0,1	0,6	0,6	8,2								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп облепиха на фруктозе	5	5	0	0	2,9	11,5								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,6	3,6	21,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0	18	0	9,6	0,4	19,2	2,3	3,1	0,9	0,15	0,1	0,1	1,4
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп облепиха на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	18,3	0	9,64	1	39,8	6,7	7	8,1	0,86	0,1	0,1	1,4

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С МАЛИНОЙ И МАЛИНОВЫМ СИРОПОМ НА ФРУКТОЗЕ

Номер рецептуры: 54-38гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
малина	9,6	9	0,1	0,1	0,7	3,4								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп малина на фруктозе	3,8	3,8	0	0	2,3	8,9								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	3	13,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
малина	0	0	1,79	0	0,9	0,7	16,7	3,2	1,7	2,9	0,1	0	0,02	0,3
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп малина на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	2,01	0	0,93	1,1	32,2	6,4	4,6	8,3	0,63	0	0,02	0,3

Номер рецептуры: 54-38гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
малина	12,8	12	0,1	0,1	0,9	4,5								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп малина на фруктозе	5	5	0	0	3	11,8								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,1	4	17,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
малина	0	0	2,38	0	1,2	0,9	22,3	4,2	2,3	3,9	0,13	0	0,02	0,4
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп малина на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	2,68	0	1,24	1,5	42,9	8,6	6,1	11	0,84	0	0,02	0,4

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С ЧЕРНИКОЙ И ЧЕРНИЧНЫМ СИРОПОМ НА ФРУКТОЗЕ

Номер рецептуры: 54-39гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
черника	9,6	9	0,1	0,1	0,6	3,3								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп черника на фруктозе	3,8	3,8	0	0	1,7	6,8								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	2,4	11,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
черника	0	0	0	0	0,36	0,4	3,81	1,3	0,5	1	0,05	1	0,01	6,7
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп черника на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,39	0,9	19,2	4,5	3,3	6,4	0,59	1	0,01	6,7

Номер рецептуры: 54-39гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
черника	12,8	12	0,1	0,1	0,8	4,4								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп черника на фруктозе	5	5	0	0	2,3	9,1								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,1	3,2	14,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
черника	0	0	0	0	0,48	0,6	5,08	1,7	0,6	1,4	0,07	1,3	0,01	8,9
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп черника на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,3	0	0,52	1,2	25,7	6,1	4,5	8,5	0,78	1,3	0,01	8,9

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С БРУСНИКОЙ И БРУСНИЧНЫМ СИРОПОМ НА ФРУКТОЗЕ

Номер рецептуры: 54-40гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	9,6	9	0,1	0,1	0,7	3,3								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп брусника на фруктозе	3,8	3,8	0	0	1,7	7								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	2,5	11,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,44	0	0,54	0,5	6,72	2	0,5	1,3	0,03	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп брусника на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,66	0	0,57	0,9	22,2	5,3	3,4	6,6	0,56	0	0	0

Номер рецептуры: 54-40гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	12,8	12	0,1	0,1	0,9	4,4								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп брусника на фруктозе	5	5	0	0	2,3	9,3								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,1	3,3	15,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,58	0	0,72	0,6	8,96	2,6	0,7	1,7	0,04	0	0	0
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп брусника на фруктозе	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,88	0	0,76	1,3	29,5	7	4,6	8,9	0,75	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

ЧАЙ С КЛЮКВЕННЫМ СИРОПОМ НА СОРБИТЕ

Номер рецептуры: 54-41гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп клюква на сорбите	3,8	3,8	0	0	2	8								
вода	150	150	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	2	9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп клюква на сорбите	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0

Номер рецептуры: 54-41гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп клюква на сорбите	5	5	0	0	2,6	10,6								
вода	200	200	0	0	0	0								
Выход:		200	0,2	0	2,7	12								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп клюква на сорбите	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с клюквой.

ЧАЙ С ЛИМОНОМ И КЛЮКВЕННЫМ СИРОПОМ НА СОРБИТЕ

Номер рецептуры: 54-42гн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
лимон	5,6	5,3	0,1	0	0,2	0,8								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
сироп клюква на сорбите	3,8	3,8	0	0	2	8								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	2,2	9,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
лимон	0	0	0,06	0	0,84	0,4	7,1	1,8	0,5	1	0,03	0	0,02	0,5
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
сироп клюква на сорбите	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,29	0	0,87	0,9	22,5	5,1	3,4	6,4	0,56	0	0,02	0,5

Номер рецептуры: 54-42гн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
лимон	7,5	7	0,1	0	0,2	1,1								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
сироп клюква на сорбите	5	5	0	0	2,6	10,6								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0	2,9	13,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
лимон	0	0	0,08	0	1,12	0,6	9,47	2,5	0,7	1,3	0,04	0	0,02	0,7
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
сироп клюква на сорбите	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	0,38	0	1,16	1,2	30,1	6,8	4,6	8,5	0,75	0	0,02	0,7

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Лимоны перебирают, моют, нарезают ломтиками.

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут.

В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам, порционно добавляют сироп и лимон.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с лимоном.

ЧАЙ С ВИШНЕЙ И МЕДОМ

Номер рецептуры: 54-43гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
вишня	9,5	9	0,1	0	0,9	3,9								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1								
вода	165	165	0	0	0	0								
Выход:		150	0,3	0	6,5	27,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0	0	0,92	0	0,54	1,4	19,1	2,9	2	2,3	0,04	0,2	0,01	1,2
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,6	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	1,14	0	0,57	2,4	36,8	7,1	5,1	8,9	0,62	0,3	0,01	8,7

Номер рецептуры: 54-43гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
вишня	12,7	12	0,1	0	1,2	5,2								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
вода	220	220	0	0	0	0								
Выход:		200	0,4	0	8,6	36,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0	0	1,22	0	0,72	1,8	25,5	3,9	2,7	3,1	0,05	0,2	0,01	1,6
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,8	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	1,52	0	0,76	3,2	49,1	9,5	6,8	12	0,83	0,4	0,01	12

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, косточки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и мед. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с вишней и медом.

ЧАЙ С ЧЕРНОЙ СМОРОДИНОЙ, ОБЛЕПИХОЙ И МЕДОМ

Номер рецептуры: 54-44гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	6	5,6	0,1	0,3	0,3	3,8								
смородина черная	6	5,6	0,1	0	0,4	1,9								
чай черный байховый	0,8	0,8	0,2	0	0,1	1,1								
мед пчелиный	9	9	0,1	0	6,6	26,6								
вода	165	165	0	0	0	0								
Выход:		150	0,4	0,3	7,4	33,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0	8,44	0	4,5	0,2	9,01	1,1	1,5	0,4	0,07	0,1	0,05	0,7
смородина черная	0	0	0,57	0	4,5	1,4	16,3	1,8	1,5	1,6	0,06	0,1	0,05	1
чай черный байховый	0	0,01	0,23	0	0,03	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,53	0	0	0
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,7	2,69	1,1	0,2	1,4	0,06	0,2	0	9
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	9,23	0	9,03	2,7	43,5	7,3	6,1	8,9	0,72	0,3	0,1	11

Номер рецептуры: 54-44гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	8	7,5	0,1	0,4	0,4	5,1								
смородина черная	8	7,5	0,1	0	0,5	2,5								
чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4								
мед пчелиный	12	12	0,1	0	8,8	35,4								
вода	220	220	0	0	0	0								
Выход:		200	0,5	0,4	9,8	44,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0	11,3	0	6	0,2	12	1,5	2	0,6	0,09	0,1	0,06	0,9
смородина черная	0	0	0,76	0	6	1,8	21,8	2,4	2	2,2	0,08	0,1	0,07	1,3
чай черный байховый	0	0,01	0,3	0	0,04	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,71	0	0	0
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,9	3,59	1,5	0,3	1,9	0,08	0,2	0	12
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	12,3	0	12	3,6	58	9,7	8,1	12	0,96	0,4	0,13	14

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и мед. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами и медом.

СМЕСЬ МОЛОЧНАЯ ДЕТСКАЯ

Номер рецептуры: 54-45гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Сухая молочная смесь, детская	24	24	2,53	5,3	12,01	105,9								
Вода	132	132	0	0	0	0								
Выход:		150	2,53	5,3	12,01	105,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Сухая молочная смесь, детская	0,07	0,14	50,4	1,78	5,57	38	108	106	8,8	57	1,61	15	2,3	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	41	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,07	0,14	50,4	1,78	5,57	38	108	146	8,8	57	1,61	15	2,3	0

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Для приготовления одной порции (150г) смеси необходимо растворить 24г или 5 мерных ложек (1 мерная ложка без горки = 4.8 г) смеси в 132 мл кипяченой воды, охлажденной до температуры 40-50 °С. Бутылочку плотно закрыть и потрясти для перемешивания смеси и охладить до температуры кормления (37 °С)

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные молочной смеси, консистенция - жидкая

ЧАЙ С ЯБЛОКОМ И САХАРОМ

Номер рецептуры: 54-46гн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
Яблоко	10,2	9	0	0	0,8	3,6								
Чай черный байховый	0,8	0,8	0,1	0	0	1,1								
Вода	138,8	138,8	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	5,6	23,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
Яблоко	0	0	0,3	0	0,4	1,8	20,8	1,3	0,7	0,9	0,2	0,2	0	0,8
Чай черный байховый	0	0	0,2	0	0	0,5	15,4	3,3	2,9	5,4	0,5	0	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	43	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0,5	0	0,4	2,3	36,3	47	3,6	6,2	0,7	0,2	0	0,8

Номер рецептуры: 54-46гн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
Сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4
Яблоко	13,6	12	0,1	0	1,1	4,8
Чай черный байховый	1	1	0,2	0	0,1	1,4
Вода	185	185	0	0	0	0
Выход:		200	0,2	0,1	7,5	31,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,1	0	0	0	0	0	0
Яблоко	0	0	0,4	0	0,5	2,4	27,7	1,7	0,9	1,2	0,2	0,2	0	1
Чай черный байховый	0	0	0,3	0	0	0,6	20,6	4,4	3,8	7,2	0,7	0	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	57	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0,7	0	0,5	3	48,4	63	4,8	8,3	1	0,2	0	1

Способ обработки: варка.

Технология приготовления:

Яблоки перебирают, удаляют плодоножки и сердцевину, моют кипяченой водой, мелко режут. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют мелко нарезанные яблоки и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с яблоками.

3.10 ХОЛОДНЫЕ НАПИТКИ

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ

Номер рецептуры: 54-1хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1
смесь сухофруктов	20,1	18,8	0,4	0	10,1	41,7
вода	142,5	142,5	0	0	0	0
Выход:		150	0,4	0	14,9	60,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
смесь сухофруктов	0	0	11,3	0	0,02	0	0	37	1,6	3,2	0,05	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	11,3	0	0,02	0,04	0,13	37	1,6	3,2	0,07	0	0	0

Номер рецептуры: 54-1хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
смесь сухофруктов	26,8	25	0,5	0	13,4	55,6
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4
вода	190	190	0	0	0	0
Выход:		200	0,5	0	19,8	81

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смесь сухофруктов	0	0	15	0	0,02	0	0	49	2,1	4,3	0,07	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	15	0	0,02	0,05	0,17	50	2,1	4,3	0,09	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Сухофрукты перебирают, промывают в теплой воде.

Подготовленные сухофрукты закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5-2 часа; яблоки 20-30 минут; урюк 18-20 минут; изюм 5-10 минут.

Компот охлаждают, процеживают.

Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - компот прозрачный; цвет - коричневый; вкус - сладкий; запах и вкус - характерный для компота из сухофруктов.

КОМПОТ ИЗ КУРАГИ

Номер рецептуры: 54-2хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1
курага	16,1	15	0,8	0,1	7	31,1
вода	151,5	151,5	0	0	0	0
Выход:		150	0,8	0,1	11,8	50,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
курага	0,01	0,02	52,5	0	0,24	1,94	214	21	14	19	0,42	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,02	52,5	0	0,24	1,97	214	21	14	19	0,44	0	0	0

Номер рецептуры: 54-2хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
курага	21,4	20	1	0,1	9,3	41,5
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4
вода	202	202	0	0	0	0
Выход:		200	1	0,1	15,7	66,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
курага	0,01	0,03	70	0	0,32	2,58	285	28	18	25	0,56	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,03	70	0	0,32	2,63	285	28	18	25	0,58	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду.

Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Для приготовления сахарного сиропа сахар растворяют в горячей воде, доводят воду до кипения. Курагу варят 10-20 минут. Компот охлаждают, процеживают.

При отпуске в стакан раскладывают фрукты и заливают отваром.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сухофрукты сохранили форму и залиты прозрачным компотом; цвет - желтоватый; вкус - сладкий с хорошо выраженным привкусом сухофруктов; запах - вареных сухофруктов.

КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА

Номер рецептуры: 54-3хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1									
чернослив	20,1	18,8	0,4	0,2	9,8	41,9									
вода	151,5	151,5	0	0	0	0									
Выход:		150	0,4	0,2	14,6	61									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0	
чернослив	0	0,02	1,13	0	0,23	1,43	134	13	17	14	0,49	0,1	0,05	0,75	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0,02	1,13	0	0,23	1,46	135	13	17	14	0,5	0,1	0,05	0,75	

Номер рецептуры: 54-3хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
чернослив	26,8	25	0,5	0,2	13,1	55,9									
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4									
вода	202	202	0	0	0	0									
Выход:		200	0,5	0,2	19,5	81,3									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
чернослив	0	0,02	1,5	0	0,3	1,9	179	18	22	18	0,65	0,1	0,07	1	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0,02	1,5	0	0,3	1,95	179	18	22	18	0,67	0,1	0,07	1	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду.

Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности.

Для приготовления сахарного сиропа сахар растворяют в горячей воде, доводят воду до кипения. Чернослив варят 10-20 минут.

Компот охлаждают, процеживают, чернослив раскладывают по стаканам и заливают отваром.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный; цвет - темный, насыщенный; вкус - сладкий с хорошо выраженным вкусом сухофруктов; запах - вареных сухофруктов.

КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА

Номер рецептуры: 54-4хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
изюм	15,3	15	0,3	0,1	9	37,8								
вода	151,5	151,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,3	0,1	13,8	56,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
изюм	0,02	0,01	0,54	0	0	13,3	103	11	5,5	17	0,39	0,1	0,08	35,1
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,01	0,54	0	0	13,4	103	11	5,5	17	0,41	0,1	0,08	35,1

Номер рецептуры: 54-4хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
изюм	20,4	20	0,4	0,1	12	50,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	202	202	0	0	0	0								
Выход:		200	0,4	0,1	18,4	75,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
изюм	0,02	0,01	0,72	0	0	17,8	138	14	7,3	22	0,52	0,2	0,11	46,8
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,01	0,72	0	0	17,8	138	14	7,3	22	0,54	0,2	0,11	46,8

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Изюм перебирают, удаляя плодоножки, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз.

Изюм заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят 10 минут до готовности.

Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - сладкий, с выраженным привкусом изюма.

КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ Номер рецептуры: 54-5хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1									
вишня	15	13,5	0,1	0	1,3	5,9									
яблоко	18,5	17,3	0,1	0,1	1,6	7									
вода	135	135	0	0	0	0									
Выход:		150	0,2	0,1	7,7	31,9									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0	
вишня	0	0	1,38	0	0,81	2,06	28,7	4,4	3,1	3,5	0,06	0,3	0,02	1,76	
яблоко	0	0	0,52	0	0,69	3,41	39,8	2,4	1,4	1,7	0,33	0,3	0,05	1,38	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0	1,9	0	1,5	5,5	68,6	6,9	4,4	5,2	0,41	0,6	0,06	3,14	

Номер рецептуры: 54-5хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
вишня	20	18	0,1	0	1,7	7,8									
яблоко	24,6	23	0,1	0,1	2,1	9,3									
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4									
вода	180	180	0	0	0	0									
Выход:		200	0,2	0,1	10,2	42,5									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
вишня	0	0	1,84	0	1,08	2,74	38,3	5,9	4,1	4,7	0,08	0,4	0,02	2,34	
яблоко	0	0	0,69	0	0,92	4,54	53,1	3,2	1,8	2,2	0,44	0,5	0,06	1,84	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0	2,53	0	2	7,33	91,5	9,2	5,9	6,9	0,54	0,8	0,08	4,18	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Вишню (свежую или свежемороженую) перебирают удаляют плодоножки, косточки, промывают.

Яблоки моют проточной водой, режут на дольки удаляют семена, измельчают.

Варят яблоки при слабом кипении 5-6 минут, добавляют сахар, лимонную кислоту и вишню, доводят до кипения и варят 10-12 минут. Готовый компот охлаждают, процеживают и разливают в стаканы, предварительно разложив туда ягоды и яблоки.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды и яблоки сохранили форму; вкус - кисло-сладкий фруктовый, запах - приятный.

КОМПОТ ИЗ ВИШНИ**Номер рецептуры: 54-6хн (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вишня	31,8	30	0,2	0,1	2,9	13								
вода	121,5	121,5	0	0	0	0								
кислота лимонная	0,2	0,2	0	0	0	0,1								
Выход:		150	0,2	0,1	7,7	32,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вишня	0,01	0,01	3,06	0	1,8	4,56	63,7	9,8	6,8	7,8	0,13	0,6	0,03	3,9
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,08	0,01	0,2	0,2	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	3,06	0	1,88	4,61	64,1	10	6,8	7,8	0,14	0,6	0,03	3,9

Номер рецептуры: 54-6хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
вишня	42,4	40	0,3	0,1	3,9	17,3								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
кислота лимонная	0,2	0,2	0	0	0	0,1								
вода	162	162	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	0,1	10,3	42,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0,01	0,01	4,08	0	2,4	6,08	85	13	9,1	10	0,17	0,8	0,04	5,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,1	0,01	0,27	0,2	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	4,08	0	2,5	6,14	85,4	13	9,1	10	0,19	0,8	0,04	5,2

Способ термической обработки: варка.**Технология приготовления:**

Вишню (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, косточки, моют.

Для приготовления сиропа - в горячей воде растворяют сахар, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают.

В подготовленный горячий сироп погружают плоды и доводят до кипения, процеживают.

Компот охлаждают. Разливают по стаканам и раскладывают ягоды.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп - прозрачный, ягоды с косточками; вкус и запах вишневый.

КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ

Номер рецептуры: 54-7хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1									
смородина черная	24,1	22,5	0,2	0,1	1,5	7,5									
вода	126	126	0	0	0	0									
Выход:		150	0,2	0,1	6,3	26,6									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0	
смородина черная	0,01	0,01	2,3	0	18	5,48	65,4	7,1	6,1	6,5	0,26	0,2	0,22	3,83	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,01	0,01	2,3	0	18	5,51	65,5	7,2	6,1	6,5	0,27	0,2	0,22	3,83	

Номер рецептуры: 54-7хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
смородина черная	32,1	30	0,3	0,1	2	10									
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4									
вода	168	168	0	0	0	0									
Выход:		200	0,3	0,1	8,4	35,4									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
смородина черная	0,01	0,01	3,06	0	24	7,3	87,2	9,5	8,1	8,6	0,34	0,3	0,29	5,1	
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,01	0,01	3,06	0	24	7,35	87,3	9,6	8,1	8,6	0,36	0,3	0,29	5,1	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют.

В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус, цвет и запах: сладкий, с выраженным вкусом ягод.

КОМПОТ ИЗ МАЛИНЫ

Номер рецептуры: 54-8хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1
малина	16,1	15	0,2	0,1	1,1	5,6
вода	152,3	152,3	0	0	0	0
Выход:		150	0,2	0,1	5,9	24,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0
малина	0	0,01	2,97	0	1,5	1,14	27,9	5,3	2,9	4,8	0,16	0	0,03	0,45
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	2,97	0	1,5	1,18	28	5,4	2,9	4,8	0,17	0	0,03	0,45

Номер рецептуры: 54-8хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
малина	21,4	20	0,2	0,1	1,5	7,4
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4
вода	203	203	0	0	0	0
Выход:		200	0,2	0,1	7,9	32,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	малина	0	0,01	3,96	0	2	1,52	37,2	7	3,8	6,4	0,21	0,1	0,04
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	3,96	0	2	1,57	37,4	7,2	3,8	6,4	0,23	0,1	0,04	0,6

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую и свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки.

В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.

КОМПОТ ИЗ ОБЛЕПИХИ

Номер рецептуры: 54-9хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1
облепиха	16,1	15	0,2	0,8	0,8	10,2
вода	152,3	152,3	0	0	0	0
Выход:		150	0,2	0,8	5,6	29,3

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0
облепиха	0	0,01	22,5	0	12	0,46	24	2,9	3,9	1,2	0,18	0,2	0,13	1,79
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	22,5	0	12	0,5	24,2	3	3,9	1,2	0,2	0,2	0,13	1,79

Номер рецептуры: 54-9хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	21,4	20	0,2	1	1	13,6								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	203	203	0	0	0	0								
Выход:		200	0,2	1	7,4	39								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0,01	30	0	16	0,61	32	3,9	5,2	1,6	0,24	0,2	0,17	2,38
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	30	0	16	0,66	32,2	4	5,2	1,6	0,26	0,2	0,17	2,38

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.

В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.

КОМПОТ ИЗ ЧЕРНИКИ**Номер рецептуры: 54-10хн (от 1 до 3 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
черника	16,1	15	0,2	0,1	1,1	5,5								
вода	152,3	152,3	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	5,9	24,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
черника	0	0	0	0	0,6	0,68	6,35	2,1	0,8	1,7	0,09	1,6	0,02	11,1
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0	0	0,6	0,72	6,48	2,2	0,8	1,7	0,11	1,6	0,02	11,1

Номер рецептуры: 54-10хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
черника	21,4	20	0,2	0,1	1,4	7,3
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4
вода	203	203	0	0	0	0
Выход:		200	0,2	0,1	7,8	32,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
черника	0	0	0	0	0,8	0,91	8,47	2,8	1	2,3	0,12	2,2	0,02	14,8
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0	0	0,8	0,96	8,64	2,9	1	2,3	0,14	2,2	0,02	14,8

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.

В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.

КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ

Номер рецептуры: 54-11хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1
брусника	16,1	15	0,1	0,1	1,1	5,5
вода	152,3	152,3	0	0	0	0
Выход:		150	0,1	0,1	5,9	24,5

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
брусника	0	0	0,72	0	0,9	0,8	11,2	3,3	0,9	2,1	0,05	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0,72	0	0,9	0,83	11,3	3,4	0,9	2,1	0,07	0	0	0

Номер рецептуры: 54-11хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
брусника	21,4	20	0,1	0,1	1,5	7,3
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4
вода	203	203	0	0	0	0
Выход:		200	0,1	0,1	7,9	32,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,96	0	1,2	1,06	14,9	4,4	1,2	2,8	0,07	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0,96	0	1,2	1,11	15,1	4,5	1,2	2,8	0,09	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют.

В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.

КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ

Номер рецептуры: 54-12хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
клюква	16,1	15	0,1	0	0,5	2,6								
вода	152,3	152,3	0	0	0	0								
Выход:		150	0,1	0	5,3	21,6								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
клюква	0	0	0	0	0,9	0,11	14,8	1,8	2	1,4	0,08	0	0,02	1,5
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0	0	0,9	0,15	14,9	1,9	2	1,4	0,09	0	0,02	1,5

Номер рецептуры: 54-12хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто				ккал								
клюква	21,4	20	0,1	0	0,7	3,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	203	203	0	0	0	0								
Выход:		200	0,1	0	7,1	28,8								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	1,2	0,15	19,8	2,5	2,6	1,9	0,1	0	0,02	2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0	0	1,2	0,2	19,9	2,6	2,6	1,9	0,12	0	0,02	2

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют.

В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды (замороженные) и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.

НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА Номер рецептуры: 54-13хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
шиповник (сухой)	16,1	15	0,5	0,2	6,6	29,9								
вода	172,5	172,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,5	0,2	11,4	49								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
шиповник (сухой)	0,01	0,04	73,5	0	60	1,25	6,23	7,9	2,2	2,2	0,39	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,04	73,5	0	60	1,29	6,35	8	2,2	2,2	0,41	0	0	0

Номер рецептуры: 54-13хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
шиповник (сухой)	21,4	20	0,6	0,2	8,8	39,9								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	230	230	0	0	0	0								
Выход:		200	0,6	0,2	15,2	65,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
шиповник (сухой)	0,01	0,05	98	0	80	1,67	8,3	11	3	3	0,52	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,05	98	0	80	1,72	8,47	11	3	3	0,54	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 мин. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус: сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах – свойственные шиповнику.

КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ С МЁДОМ

Номер рецептуры: 54-14хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1									
смородина черная	24,1	22,5	0,2	0,1	1,5	7,5									
вода	123,8	123,8	0	0	0	0									
Выход:		150	0,3	0,1	7	29,6									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,57	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5	
смородина черная	0,01	0,01	2,3	0	18	5,48	65,4	7,1	6,1	6,5	0,26	0,2	0,22	3,83	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,01	0,01	2,3	0	18	6,05	67,6	8	6,3	7,6	0,31	0,4	0,22	11,3	

Номер рецептуры: 54-14хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
смородина черная	32,1	30	0,3	0,1	2	10									
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5									
вода	165	165	0	0	0	0									
Выход:		200	0,4	0,1	9,3	39,5									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
смородина черная	0,01	0,01	3,06	0	24	7,3	87,2	9,5	8,1	8,6	0,34	0,3	0,29	5,1	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0,01	0,01	3,06	0	24	8,06	90,1	11	8,4	10	0,41	0,5	0,29	15,1	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют.

В горячей воде растворяют мед, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий смородиновый; запах - смородиновый.

КОМПОТ ИЗ МАЛИНЫ С МЁДОМ

Номер рецептуры: 54-15хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1									
малина	16,1	15	0,2	0,1	1,1	5,6									
вода	152,3	152,3	0	0	0	0									
Выход:		150	0,2	0,1	6,6	27,7									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,57	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5	
малина	0	0,01	2,97	0	1,5	1,14	27,9	5,3	2,9	4,8	0,16	0	0,03	0,45	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0,01	2,97	0	1,5	1,71	30,1	6,2	3,1	6	0,21	0,2	0,03	7,95	

Номер рецептуры: 54-15хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
малина	21,4	20	0,2	0,1	1,5	7,4									
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5									
вода	203	203	0	0	0	0									
Выход:		200	0,3	0,1	8,8	36,9									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
малина	0	0,01	3,96	0	2	1,52	37,2	7	3,8	6,4	0,21	0,1	0,04	0,6	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0,01	3,96	0	2	2,28	40,2	8,3	4,1	8	0,28	0,3	0,04	10,6	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки.

В горячей воде растворяют мед, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий, малиновый; запах - малиновый.

КОМПОТ ИЗ ОБЛЕПИХИ С МЁДОМ

Номер рецептуры: 54-16хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1									
облепиха	16,1	15	0,2	0,8	0,8	10,2									
вода	152,3	152,3	0	0	0	0									
Выход:		150	0,2	0,8	6,2	32,3									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,57	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5	
облепиха	0	0,01	22,5	0	12	0,46	24	2,9	3,9	1,2	0,18	0,2	0,13	1,79	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0,01	22,5	0	12	1,03	26,3	3,8	4,1	2,4	0,23	0,3	0,13	9,29	

Номер рецептуры: 54-16хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
облепиха	21,4	20	0,2	1	1	13,6									
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5									
вода	203	203	0	0	0	0									
Выход:		200	0,3	1	8,3	43,1									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
облепиха	0	0,01	30	0	16	0,61	32	3,9	5,2	1,6	0,24	0,2	0,17	2,38	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0,01	30	0	16	1,37	35	5,1	5,5	3,1	0,31	0,4	0,17	12,4	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.

В горячей воде растворяют мед, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий облепиховый; запах - облепиховый.

КОМПОТ ИЗ ЧЕРНИКИ С МЁДОМ

Номер рецептуры: 54-17хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1									
черника	16,1	15	0,2	0,1	1,1	5,5									
вода	152,3	152,3	0	0	0	0									
Выход:		150	0,2	0,1	6,5	27,6									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,57	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5	
черника	0	0	0	0	0,6	0,68	6,35	2,1	0,8	1,7	0,09	1,6	0,02	11,1	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0	0	0	0,6	1,25	8,6	3	1	2,9	0,14	1,8	0,02	18,6	

Номер рецептуры: 54-17хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
черника	21,4	20	0,2	0,1	1,4	7,3									
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5									
вода	203	203	0	0	0	0									
Выход:		200	0,3	0,1	8,7	36,8									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
черника	0	0	0	0	0,8	0,91	8,47	2,8	1	2,3	0,12	2,2	0,02	14,8	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0	0	0	0,8	1,67	11,5	4,1	1,3	3,8	0,19	2,4	0,02	24,8	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.

В горячей воде растворяют мед, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий черничный; запах - черничный.

КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ С МЁДОМ

Номер рецептуры: 54-18хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1									
брусника	16,1	15	0,1	0,1	1,1	5,5									
вода	152,3	152,3	0	0	0	0									
Выход:		150	0,2	0,1	6,6	27,6									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,57	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5	
брусника	0	0	0,72	0	0,9	0,8	11,2	3,3	0,9	2,1	0,05	0	0	0	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0	0,72	0	0,9	1,37	13,4	4,2	1,1	3,3	0,11	0,2	0	7,5	

Номер рецептуры: 54-18хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
брусника	21,4	20	0,1	0,1	1,5	7,3									
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5									
вода	203	203	0	0	0	0									
Выход:		200	0,2	0,1	8,8	36,8									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
брусника	0	0	0,96	0	1,2	1,06	14,9	4,4	1,2	2,8	0,07	0	0	0	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0	0,96	0	1,2	1,82	17,9	5,6	1,5	4,4	0,14	0,2	0	10	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.

В горячей воде растворяют мед, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий брусничный; запах - брусничный.

КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С МЁДОМ

Номер рецептуры: 54-19хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
мед пчелиный	7,5	7,5	0,1	0	5,5	22,1									
клюква	16,1	15	0,1	0	0,5	2,6									
вода	152,3	152,3	0	0	0	0									
Выход:		150	0,2	0	6	24,7									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,57	2,24	0,9	0,2	1,2	0,05	0,2	0	7,5	
клюква	0	0	0	0	0,9	0,11	14,8	1,8	2	1,4	0,08	0	0,02	1,5	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0	0	0	0,9	0,68	17,1	2,8	2,2	2,6	0,13	0,2	0,02	9	

Номер рецептуры: 54-19хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
клюква	21,4	20	0,1	0	0,7	3,4									
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5									
вода	203	203	0	0	0	0									
Выход:		200	0,2	0	8	32,9									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
клюква	0	0	0	0	1,2	0,15	19,8	2,5	2,6	1,9	0,1	0	0,02	2	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0	0	0	1,2	0,91	22,7	3,7	2,9	3,5	0,17	0,2	0,02	12	

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.

В горячей воде растворяют мед, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий; запах - клюквы.

КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ

Номер рецептуры: 54-20хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крахмал картофельный	4,5	4,5	0	0	3,2	12,8								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
апельсин	55,1	37,5	0,3	0,1	2,8	12,9								
вода	120	120	0	0	0	0								
кислота лимонная	0	0	0	0	0	0								
Выход:		150	0,3	0,1	10,8	44,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,2	0,56	1,6	0	3	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
апельсин	0,01	0,01	1,8	0	9	3,71	61,3	11	4,2	7,5	0,1	0,8	0,17	6,38
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,01	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	1,8	0	9,01	3,95	62	13	4,2	11	0,11	0,8	0,17	6,38

Номер рецептуры: 54-20хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
апельсин	73,5	50	0,4	0,1	3,7	17,2								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
кислота лимонная	0	0	0	0	0	0								
вода	160	160	0	0	0	0								
Выход:		200	0,4	0,1	14,4	59,7								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
апельсин	0,01	0,01	2,4	0	12	4,94	81,8	15	5,7	10	0,13	1	0,22	8,5
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,01	0	0,03	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	2,4	0	12	5,26	82,7	17	5,7	14	0,15	1	0,22	8,5

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Апельсины моют, очищают от кожицы. Удаляют семена, протирают, отжимают сок.

Из цедры и оставшейся после отжима мякоти плодов готовят отвар, цедру и мякоть заливают закипевшей водой и оставляют в закрытой посуде на 2 часа, процеживают.

К процеженному отвару добавляют сахар, доводят до кипения, вводят крахмал, разведенный в охлажденной кипяченой воде (1 часть крахмала на 5 частей отвара), добавляют отжатый сок, лимонную кислоту и вновь доводят до кипения.

Кисель охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет - оранжевый; вкус и запах - апельсиновый.

КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ

Номер рецептуры: 54-21хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крахмал картофельный	4,5	4,5	0	0	3,2	12,8								
сахар-песок	7,5	7,5	0	0	6,8	27,2								
брусника	16,1	15	0,1	0,1	1,1	5,5								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,1	0,1	11,2	45,5								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,2	0,56	1,6	0	3	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,06	0,19	0,1	0	0	0,02	0	0	0
брусника	0	0	0,72	0	0,9	0,8	11,2	3,3	0,9	2,1	0,05	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0,72	0	0,9	1,06	12	5	0,9	5,1	0,08	0	0	0

Номер рецептуры: 54-21хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	21,4	20	0,1	0,1	1,5	7,3								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,1	0,1	14,9	60,7								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,96	0	1,2	1,06	14,9	4,4	1,2	2,8	0,07	0	0	0
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,08	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0,96	0	1,2	1,41	15,9	6,7	1,2	6,8	0,1	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают.

Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Кисель охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - брусничный.

КИСЕЛЬ ИЗ ВИШНИ

Номер рецептуры: 54-22хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крахмал картофельный	4,5	4,5	0	0	3,2	12,8								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
вишня	19,1	18	0,2	0	1,7	7,8								
вода	135	135	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0	9,8	39,7								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,2	0,56	1,6	0	3	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вишня	0,01	0,01	1,84	0	1,08	2,74	38,3	5,9	4,1	4,7	0,08	0,4	0,02	2,34
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	1,84	0	1,08	2,98	38,9	7,5	4,1	7,7	0,09	0,4	0,02	2,34

Номер рецептуры: 54-22хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
вишня	25,4	24	0,2	0	2,3	10,4								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		200	0,2	0	13	52,9								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0,01	0,01	2,45	0	1,44	3,65	51	7,8	5,4	6,3	0,1	0,5	0,02	3,12
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	2,45	0	1,44	3,97	51,9	10	5,4	10	0,12	0,5	0,02	3,12

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, освобождают от косточек, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают.

Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Кисель охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - вишневый.

КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ

Номер рецептуры: 54-23хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крахмал картофельный	4,5	4,5	0	0	3,2	12,8								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
смородина черная	19,3	18	0,2	0,1	1,2	6								
вода	135	135	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,1	9,2	37,9								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,2	0,56	1,6	0	3	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
смородина черная	0,01	0,01	1,84	0	14,4	4,38	52,3	5,7	4,9	5,2	0,2	0,2	0,17	3,06
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	1,84	0	14,4	4,62	53	7,4	4,9	8,2	0,22	0,2	0,17	3,06

Номер рецептуры: 54-23хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
смородина черная	25,7	24	0,2	0,1	1,6	8								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		200	0,2	0,1	12,3	50,5								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смородина черная	0,01	0,01	2,45	0	19,2	5,84	69,7	7,6	6,5	6,9	0,27	0,2	0,23	4,08
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	2,45	0	19,2	6,16	70,6	9,8	6,5	11	0,29	0,2	0,23	4,08

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают.

Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Кисель охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - ягодный.

КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ

Номер рецептуры: 54-24хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крахмал картофельный	4,5	4,5	0	0	3,2	12,8								
сахар-песок	5,3	5,3	0	0	4,8	19,1								
облепиха	19,3	18	0,2	0,8	0,9	12,2								
вода	135	135	0	0	0	0								
Выход:		150	0,2	0,8	8,9	44,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,2	0,56	1,6	0	3	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,04	0,13	0,1	0	0	0,02	0	0	0
облепиха	0,01	0,01	27	0	14,4	0,55	28,8	3,5	4,7	1,4	0,22	0,2	0,15	2,15
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	27	0	14,4	0,79	29,5	5,2	4,7	4,4	0,23	0,2	0,15	2,15

Номер рецептуры: 54-24хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	25,7	24	0,3	1,1	1,2	16,3								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
Выход:		200	0,3	1,1	11,9	58,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0,01	0,01	36	0	19,2	0,73	38,5	4,7	6,3	1,9	0,29	0,3	0,2	2,86
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	36	0	19,2	1,05	39,4	6,9	6,3	5,9	0,31	0,3	0,2	2,86

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают.

Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Кисель охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - ягодный.

КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ

Номер рецептуры: 54-25хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
крахмал картофельный	4,5	4,5	0	0	3,2	12,8								
сахар-песок	7,5	7,5	0	0	6,8	27,2								
клюква	16,1	15	0,1	0	0,5	2,6								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,1	0	10,6	42,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,2	0,56	1,6	0	3	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,06	0,19	0,1	0	0	0,02	0	0	0
клюква	0	0	0	0	0,9	0,11	14,8	1,8	2	1,4	0,08	0	0,02	1,5
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0	0	0,9	0,38	15,6	3,6	2	4,4	0,1	0	0,02	1,5

Номер рецептуры: 54-25хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
клюква	21,4	20	0,1	0	0,7	3,4								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3								
вода	190	190	0	0	0	0								
Выход:		200	0,1	0	14,1	56,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	1,2	0,15	19,8	2,5	2,6	1,9	0,1	0	0,02	2
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,08	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0	0	1,2	0,5	20,8	4,8	2,6	5,9	0,13	0	0,02	2

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают.

Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Кисель охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - ягодный.

КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-26хн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4								
яблоко	33,9	30	0,2	0,1	2,7	12,1								
вода	129	129	0	0	0	0								
кислота лимонная	0,2	0,2	0	0	0	0,1								
Выход:		150	0,2	0,1	3,8	16,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
яблоко	0,01	0,01	0,9	0	1,2	5,93	69,2	4,2	2,3	2,9	0,58	0,6	0,08	2,4
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,08	0,01	0,2	0,2	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	0,9	0	1,28	5,93	69,4	4,4	2,4	2,9	0,58	0,6	0,08	2,4

Номер рецептуры: 54-26хн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
яблоко	45,2	40	0,2	0,1	3,6	16,1								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
кислота лимонная	0,2	0,2	0	0	0	0,1								
вода	172	172	0	0	0	0								
Выход:		200	0,2	0,1	5,1	22								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яблоко	0,01	0,01	1,2	0	1,6	7,9	92,3	5,6	3,1	3,8	0,77	0,8	0,11	3,2
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,1	0,01	0,27	0,2	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	1,2	0	1,7	7,91	92,6	5,9	3,2	3,9	0,77	0,8	0,11	3,2

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Яблоки перебирают, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают тонкими ломтиками. Яблочные ломтики заливают горячей водой, варят 10-15 минут и процеживают. Отвар доводят до кипения, и варят 2-3 мин. Охлаждают и разливают в стаканы, порционно добавляют сироп.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный, яблоки сохранили форму; вкус - кисло-сладкий фруктовый, запах - приятный.

НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА С СИРОПОМ ШИПОВНИКА НА СОРБИТЕ

Номер рецептуры: 54-27хн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал								
	брутто	нетто												
сироп шиповник на сорбите	3,8	3,8	0	0	2,7	11								
шиповник (сухой)	16,1	15	0,5	0,2	6,6	29,9								
вода	172,5	172,5	0	0	0	0								
Выход:		150	0,5	0,2	9,3	40,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сироп шиповник на сорбите	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
шиповник (сухой)	0,01	0,04	73,5	0	60	1,25	6,23	7,9	2,2	2,2	0,39	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,04	73,5	0	60	1,25	6,23	7,9	2,2	2,2	0,39	0	0	0

Номер рецептуры: 54-27хн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал								
	брутто	нетто												
шиповник (сухой)	21,4	20	0,6	0,2	8,8	39,9								
сироп шиповник на сорбите	5	5	0	0	3,6	14,6								
вода	230	230	0	0	0	0								
Выход:		200	0,6	0,2	12,4	54,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
шиповник (сухой)	0,01	0,05	98	0	80	1,67	8,3	11	3	3	0,52	0	0	0
сироп шиповник на сорбите	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,05	98	0	80	1,67	8,3	11	3	3	0,52	0	0	0

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают, для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 мин. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают. Охлаждают и разливают в стаканы, порционно добавляют сироп.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный; вкус - кисло-сладкий, запах - приятный.

НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ С СИРОПОМ СТЕВИИ

Номер рецептуры: 54-28хн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	брутто	нетто				
сироп на стевии	3,8	3,8	0	0	1,1	4,4
облепиха	16,1	15	0,2	0,8	0,8	10,2
вода	151,1	151,1	0	0	0	0
Выход:		150	0,2	0,8	1,9	14,6

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
облепиха	0	0,01	22,5	0	12	0,46	24	2,9	3,9	1,2	0,18	0,2	0,13	1,79
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	22,5	0	12	0,46	24	2,9	3,9	1,2	0,18	0,2	0,13	1,79

Номер рецептуры: 54-28хн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
облепиха	21,4	20	0,2	1	1	13,6
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8
вода	201,5	201,5	0	0	0	0
Выход:		200	0,2	1	2,5	19,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	облепиха	0	0,01	30	0	16	0,61	32	3,9	5,2	1,6	0,24	0,2	0,17
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,01	30	0	16	0,61	32	3,9	5,2	1,6	0,24	0,2	0,17	2,38

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Подготовленные ягоды (свежие или свежемороженые) промывают кипяченой водой через дуршлаг, протирают и отжимают сок. Ягоду заливают горячей водой, варят 5-8 минут и процеживают. Отвар, доводят до кипения, вливают отжатый сок и охлаждают. При отпуске сироп кладут в каждую порцию. Напиток можно подавать как в охлажденном, так и в горячем виде.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный; вкус - кисло-сладкий, запах - приятный.

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СВЕЖИХ ЯГОД С СИРОПОМ СТЕВИИ (БРУСНИКА, МАЛИНА, СМОРОДИНА)

Номер рецептуры: 54-29хн (от 1 до 3 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
сироп на стевии	3,75	3,75	0	0	1,125	4,35
брусника	16,05	15	0,075	0,075	1,125	5,475
малина	15,9	15	0,15	0,075	1,125	5,55
смородина черная	16,05	15	0,15	0,075	0,975	5,025
вода	112,5	112,5	0	0	0	0
Выход:		150	0,375	0,225	4,35	20,4

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
брусника	0	0	0,72	0	0,9	0,8	11,2	3,3	0,9	2,1	0,05	0	0	0
малина	0	0,01	2,97	0	1,5	1,14	27,9	5,3	2,9	4,8	0,16	0	0,03	0,45
смородина черная	0	0,01	1,53	0	12	3,65	43,6	4,8	4	4,3	0,17	0,2	0,14	2,55
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,02	5,22	0	14,4	5,58	82,7	13	7,8	11	0,38	0,2	0,17	3

Номер рецептуры: 54-29хн (от 3 до 7 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
брусника	21,4	20	0,1	0,1	1,5	7,3
малина	21,2	20	0,2	0,1	1,5	7,4
смородина черная	21,4	20	0,2	0,1	1,3	6,7
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8
вода	150	150	0	0	0	0
Выход:		200	0,5	0,3	5,8	27,2

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,96	0	1,2	1,06	14,9	4,4	1,2	2,8	0,07	0	0	0
малина	0	0,01	3,96	0	2	1,52	37,2	7	3,8	6,4	0,21	0,1	0,04	0,6
смородина черная	0	0,01	2,04	0	16	4,86	58,1	6,3	5,4	5,7	0,23	0,2	0,19	3,4
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,02	6,96	0	19,2	7,44	110	18	10	15	0,51	0,3	0,23	4

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Ягоды (свежие или свежемороженые) тщательно промыть, ошпарить, довести до кипения и варить 5-10 минут, оставить на несколько часов, чтобы компот настоялся. При отпуске в стакан кладут ягоды, сироп и заливают отваром.

Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид - сироп прозрачный; вкус - кисло-сладкий, запах - приятный.

КОМПОТ ИЗ ВИШНИ С МЁДОМ

Номер рецептуры: 54-30хн (от 1 до 3 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
мед пчелиный	11,3	11,3	0,1	0	8,3	33,2
вишня	15,9	15	0,2	0	1,4	6,5
вода	152,3	152,3	0	0	0	0
Выход:		150	0,2	0	9,7	39,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,86	3,36	1,4	0,3	1,8	0,08	0,2	0
вишня	0	0	1,53	0	0,9	2,28	31,9	4,9	3,4	3,9	0,07	0,3	0,02	1,95
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	1,53	0	0,9	3,14	35,2	6,3	3,7	5,7	0,14	0,5	0,02	13,2

Номер рецептуры: 54-30хн (от 3 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
мед пчелиный	15	15	0,1	0	11	44,3
вишня	21,2	20	0,2	0	1,9	8,6
вода	203	203	0	0	0	0
Выход:		200	0,3	0	12,9	52,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	мед пчелиный	0	0	0	0	0	1,14	4,48	1,9	0,4	2,4	0,1	0,3	0
вишня	0	0	2,04	0	1,2	3,04	42,5	6,5	4,5	5,2	0,09	0,4	0,02	2,6
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	2,04	0	1,2	4,18	47	8,4	4,9	7,6	0,19	0,7	0,02	17,6

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Подготовленные ягоды протирают и отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, варят 5-8 мин. и процеживают. В отвар добавляют мед, доводят до кипения, вливают отжатый сок и охлаждают.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп - прозрачный, ягоды с косточками; вкус и запах вишневый с медом.

3.11 МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

ВАТРУШКА ТВОРОЖНАЯ

Номер рецептуры: 54-1в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
творог	33,3	33,3	6,6	1,5	0,9	43,2
мука пшеничная высший сорт	13,3	13,3	1,4	0,2	8,5	40,7
яйцо куриное	1,9	1,7	0,2	0,2	0	2,4
масло сливочное	13,3	13,3	0,1	8,5	0,2	77,6
сахар-песок	6	6	0	0	5,4	21,8
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		67,9				
Выход:		50	8,3	10,4	15	185,7

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,01	0,07	6,6	0	0,07	10	31	48	6,7	64	0,12	3	8,8	11
мука пшеничная высший сорт	0,02	0	0	0	0	0,3	13,5	2,1	1,9	10	0,14	0,2	0,7	2,9
яйцо куриное	0	0,01	2,7	0,04	0	1,8	2,01	0,8	0,2	2,9	0,04	0,4	0,47	1
масло сливочное	0	0,01	36	0,17	0	1,5	3,32	2,8	0	3,5	0,02	0	0,12	0,4
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,15	0,1	0	0	0,02	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
Выход:	0,03	0,09	45,3	0,21	0,07	102	50	55	8,8	80	0,35	16	10,1	15

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость.

Масло сливочное взбивают с сахарным песком до однородной пышной массы. Затем добавляют протертый творог, массу перемешивают, всыпают муку. Тесто замешивают в течение 1-2 минут. Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 7-8 мм и формируют двумя разными формочками различного диаметра круглые сочни. Первый слой изделия (большого диаметра) смазывают яйцом, накладывают сверху второй. Сверху делают углубление и заполняют сахарным песком. Выпекают при температуре 220-230 градусов.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид готового изделия: круглой формы, посыпано сахарным песком, золотистого цвета. Вкус приятный сладкий, без посторонних привкусов и запахов. Консистенция мягкая.

КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ

Номер рецептуры: 54-2в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
мука пшеничная высший сорт	22,5	22,5	2,3	0,3	14,3	68,8
молоко	4	4	0,1	0,1	0,2	1,9
яйцо куриное	2,2	2	0,2	0,2	0	2,8
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4
масло сливочное	5,3	5,3	0	3,4	0,1	31
натрий двууглекислый	0,3	0,3	0	0	0	0
ванилин	0,01	0,01	0	0	0,01	0
Масса полуфабриката:		41,1				
Выход:		40	2,6	4	21,01	129,9

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мука пшеничная высший сорт	0,03	0,01	0	0	0	0,5	22,8	3,6	3,1	17	0,24	0,3	1,19	5
молоко	0	0	0,53	0	0,02	1,5	4,85	4,2	0,5	3,1	0	0,4	0,07	0,8
яйцо куриное	0	0,01	3,12	0,04	0	2	2,32	1	0,2	3,3	0,04	0,4	0,54	1,1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	14,4	0,07	0	0,6	1,33	1,1	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2
натрий двууглекислый	0	0	0	0	0	62	0	0	0	0	0	0	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,03	0,03	18	0,11	0,02	67	31,5	10	3,8	25	0,31	1,1	1,85	7

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость.

Размягченное масло взбивают с сахаром до полного его растворения, добавляют яйца и молоко, растворенные разрыхлитель и ванилин, а затем всыпают муку и замешивают тесто 1-4 минут. Приготовленное тесто раскатывают в виде пласта толщиной 6-7 мм, наносят рисунок рифленой скалкой, вырезают изделия круглой формы диаметром 95 мм, укладывают на листы, смазывают яйцом и выпекают при температуре 200-220 градусов в течение 10-12 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид - изделия круглой формы с узорчатой поверхностью, края с зубчиками. Цвет светло-желтый.

КЕКС «ЗДОРОВЬЕ»**Номер рецептуры: 54-3в (от 1 до 7 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
мука пшеничная высший сорт	12,2	12,2	1,2	0,1	7,8	37,3								
яйцо куриное	11,4	10,4	1,2	1,1	0,1	14,7								
цукаты	8,2	7,7	0	0	5,7	22,8								
масло подсолнечное	9,9	9,9	0	8,7	0	78,2								
сахар-песок	8,3	8,3	0	0	7,5	30,2								
крахмал картофельный	3,1	3,1	0	0	2,2	8,8								
сыворотка молочная	2	2	0	0	0,1	0,4								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0								
натрий двууглекислый	0,38	0,38	0	0	0	0								
вода	6,2	6,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		60,3												
Выход:		50	2,4	9,9	23,4	192,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,3	12,4	1,9	1,7	9,1	0,13	0,2	0,64	2,7
яйцо куриное	0,01	0,04	16,2	0,23	0	11	12,1	5	1,1	17	0,23	2,1	2,81	5,7
цукаты	0	0	0,05	0	0	5,7	0	1,2	0,3	0,3	0,01	0	0,04	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,21	0,2	0	0	0,02	0	0	0
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,1	0,39	1,1	0	2,1	0	0	0	0
сыворотка молочная	0	0	0,02	0	0	0,7	2,4	1,8	0,2	1,4	0	0	0,03	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	44	0,01	0,5	0	0,1	0	6	0	0
натрий двууглекислый	0	0	0	0	0	79	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	1,9	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,04	16,3	0,23	0	141	27,4	14	3,3	31	0,39	8,3	3,52	8,4

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость.

Сахар соединяют с яйцом и взбивают до увеличения в объеме в 2.5-3 раза. В сбитуемую массу добавляют воду, сыворотку и взбивают. Подготовленную муку, крахмал, сахар, разрыхлитель, соль смешивают, добавляют во взбитую смесь. Затем небольшими дозами вводят масло подсолнечное, добавляют мелко

нарезанные фруктовые цукаты. Готовое тесто делят на шарики их размещают на лист или распределяют по формочкам и выпекают при температуре 170-180 С в течение 20-25 мин в пароконвектомате (или в духовом шкафу).

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид – кекс прямоугольной или круглой формы; консистенция – мякиш плотный; цвет – желтый; вкус – сладкий; запах свежесдобитого теста, приятный.

КЕКС «СТОЛИЧНЫЙ»
Номер рецептуры: 54-4в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	брутто	нетто	г	г	г	ккал
мука пшеничная высший сорт	16	16	1,6	0,2	10,2	48,9
изюм	9,5	9,3	0,2	0	5,6	23,5
яйцо куриное	7,3	6,7	0,8	0,7	0	9,4
пудра рафинадная	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
сахар-песок	8,3	8,3	0	0	7,5	30,2
масло сливочное	11,7	11,7	0,1	7,4	0,1	67,9
натрий двууглекислый	0,05	0,05	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		52,7				
Выход:		50	2,7	8,3	23,9	181,8

Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	мука пшеничная высший сорт	0,02	0,01	0	0	0	0,4	16,2	2,5	2,2	12	0,17	0,2	0,84
изюм	0,01	0,01	0,34	0	0	8,3	64,3	6,6	3,4	10	0,24	0,1	0,05	22
яйцо куриное	0	0,02	10,4	0,15	0	6,8	7,75	3,2	0,7	11	0,15	1,3	1,8	3,7
пудра рафинадная	0	0	0	0	0	0	0,01	0	0	0	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,21	0,2	0	0	0,02	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	31,5	0,15	0	1,3	2,91	2,5	0	3,1	0,02	0	0,1	0,3
натрий двууглекислый	0	0	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	15	0	0,2	0	0	0	2	0	0
Выход:	0,03	0,05	42,3	0,3	0	42	91,4	15	6,4	37	0,6	3,6	2,79	29

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость.

Размягченное сливочное масло взбивают в течение 7-10 мин, добавляют сахар и взбивают еще 5-7 минут, постепенно вливая яйца. К взбитой массе добавляют подготовленный изюм, эссенцию, соду и соль, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто. Тесто раскладывают на листе или в специальные формы, предварительно смазанные маслом или выстланные бумагой, и выпекают при температуре 205-215 градусов в течение 25-30 минут. Выпеченные и охлажденные кексы посыпают рафинадной пудрой.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Вкус – сладкий; запах свежесдобитого теста, приятный.

КЕКС «ТВОРОЖНЫЙ»
Номер рецептуры: 54-5в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
мука пшеничная высший сорт	19,3	19,3	2	0,2	12,3	59								
творог	16,7	16,7	3,3	0,7	0,5	21,6								
яйцо куриное	3,7	3,3	0,4	0,3	0	4,7								
пудра рафинадная	0,7	0,7	0	0	0,6	2,4								
сахар-песок	8,3	8,3	0	0	7,5	30,2								
масло сливочное	10	10	0,1	6,4	0,1	58,2								
натрий двууглекислый	0,03	0,03	0	0	0	0								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		58,4												
Выход:		50	5,8	7,6	21	176,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мука пшеничная высший сорт	0,02	0,01	0	0	0	0,4	19,6	3,1	2,7	14	0,2	0,3	1,02	4,3
творог	0	0,03	3,3	0	0,03	5,2	15,5	24	3,3	32	0,06	1,5	4,4	5,3
яйцо куриное	0	0,01	5,19	0,07	0	3,4	3,87	1,6	0,4	5,6	0,07	0,7	0,9	1,8
пудра рафинадная	0	0	0	0	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,21	0,2	0	0	0,02	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	27	0,13	0	1,1	2,49	2,1	0	2,6	0,02	0	0,09	0,3
натрий двууглекислый	0	0	0	0	0	6,2	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	29	0,01	0,3	0	0,1	0	4	0	0
Выход:	0,02	0,06	35,5	0,2	0,03	46	41,7	31	6,4	55	0,37	6,5	6,41	12

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость.

Размягченное сливочное масло и сахар взбивают в течение 10-15 минут, добавляют творог и взбивают до получения однородной массы. Затем добавляют яйца, соду, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто в течение 3-5 минут. Тесто раскладывают на лист или в подготовленные формы и выпекают при температуре 160-185 С в течение 55-60 минут. Выпеченные и охлажденные кексы посыпают рафинадной пудрой.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Вкус – сладкий; запах свежесдобитого теста, приятный.

КЕКС РИСОВЫЙ С ГРУШЕЙ**Номер рецептуры: 54-6в (от 1 до 7 лет) – для детей с целиакией**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
мука рисовая	15	15	1,04	0,08	10,95	48,7								
груша	16,9	15	0,06	0,04	1,41	6,2								
крахмал картофельный	5,4	5,4	0,01	0	3,84	15,4								
сахар-песок	5,4	5,4	0	0	4,9	19,6								
масло подсолнечное	5,4	5,4	0	4,75	0	42,7								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0								
натрий двууглекислый	3	3	0	0	0	0								
вода	15	15	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		64,3												
Выход:		60	1,1	4,9	21,1	132,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мука рисовая	0,01	0	0	0	0	2,5	6,22	2,6	3,9	16	0,17	0	2	0
груша	0	0	0,18	0	0,3	1,6	19,3	2,5	1,6	2,1	0,3	0,1	0	1,5
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,3	0,67	1,9	0	3,6	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,13	0,1	0	0	0,01	0	0	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	29	0,01	0,3	0	0,1	0	4	0	0
натрий двууглекислый	0	0	0	0	0	624	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	4,6	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0	0,18	0	0,3	658	26,3	12	5,5	21	0,48	4,1	2	1,5

Способ термической обработки: запекание.**Технология приготовления:**

Груши очищают от кожуры, удаляют семенное гнездо и нарезают мелкими кубиками.

Рисовую муку просеивают, добавляют крахмал, разрыхлитель и сахар. Тщательно перемешивают до равномерного распределения сухих компонентов. Добавляют растительное масло и еще раз перемешивают массу. Вливают воду и перемешивают до однородного теста средней густоты.

Добавляют мякоть груши.

Тесто раскладывают в подготовленные формы и выпекают при температуре 180 градусов в течение 55-60 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид: кекс прямоугольной или другой формы, поверхность выпуклая. Консистенция: мякиш плотный. Вкус: сладкий.

КЕКС С КУРИНЫМ ФИЛЕ**Номер рецептуры: 54-7в (от 1 до 7 лет) – для детей с целиакией**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Яблоко	31,8	29,7	0,11	0,1	2,65	12								
Тыква	32,6	28,9	0,27	0,03	1,16	5,9								
Куриная грудка (филе)	17,9	15,8	3,51	0,26	0,06	16,6								
Яйцо куриное	13,8	13,8	1,65	1,4	0,09	19,6								
Мука кокосовая	9,2	9,2	1,74	0,81	0,34	15,6								
Кунжут	1,1	1,1	0,21	0,49	0,13	5,8								
Натрий двууглекислый	0,58	0,58	0	0	0	0								
Соль поваренная йодированная	0,58	0,58	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		99,7												
Выход:		60	7,5	3,1	4,4	75,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Яблоко	0,01	0	0,89	0	1,19	5,9	68,6	4,2	2,3	2,9	0,57	0,6	0,1	2,4
Тыква	0,01	0,01	43,3	0	0,92	0,9	48,9	6,4	3,5	6,3	0,1	0,3	0,1	25
Куриная грудка (филе)	0,01	0,01	0,85	0	0,11	7,2	38,3	1,1	12	24	0,19	0,9	3,2	21
Яйцо куриное	0,01	0,05	21,6	0,3	0	14	16,1	6,7	1,5	23	0,3	2,8	3,7	7,6
Мука кокосовая	0	0,01	0	0	0,06	2,6	41,6	2,1	7,2	17	0,27	0	1,5	0
Кунжут	0,01	0	0	0	0	0,7	4,74	15	5,4	7,2	0,16	0,1	0,3	0
Натрий двууглекислый	0	0	0	0	0	121	0	0	0	0	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	171	0,04	1,9	0,1	0,4	0,01	23	0	0
Выход:	0,05	0,08	66,6	0,3	2,28	323	218	37	32	80	1,6	28	8,9	55

Способ термической обработки: запекание.**Технология приготовления:**

Кокосовую муку просеивают, добавляют соль и натрий двууглекислый, тщательно перемешивают.

Тыкву моют, очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают на кусочки и измельчают ее.

Яблоки моют, очищают от кожуры, удаляют семенное гнездо и запекают.

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. яйца взбивают и соединяют с тыквой, перемешивают.

Добавляют пюре из печёных яблок, затем в два этапа всыпают сухую смесь, перемешивают. Добавляют мелко нарезанное отварное куриное филе, ещё раз перемешивают.

Полученное тесто выкладывают на лист или в формы, посыпают кунжутом. Выпекают в духовом шкафу на противне 15 минут при температуре 180 градусов.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид: кекс прямоугольной или другой формы, поверхность выпуклая. Запах свежеспеченного теста, курицы.

БУЛОЧКА МАКОВАЯ**Номер рецептуры: 54-8в (от 1 до 7 лет) – для детей с целиакией**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
творог	17,6	17,6	3,5	0,8	0,5	22,8								
мука рисовая	12,8	12,8	0,9	0,1	9,3	41,5								
яблоко	12,7	11,2	0	0	1	4,5								
яйцо куриное	10,6	9,6	1,1	1	0,1	13,6								
сметана	4,8	4,8	0,1	0,6	0,2	6,8								
мак	2,4	2,4	0,4	1	0,3	11,9								
сахар-песок	11,2	11,2	0	0	10,2	40,7								
натрий двууглекислый	0,4	0,4	0	0	0	0								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		70,3												
Выход:		60	6	3,5	21,6	141,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
творог	0,01	0,04	3,48	0	0,04	5,5	16,4	25	3,5	34	0,06	1,6	4,65	5,6
мука рисовая	0,01	0	0	0	0	2,1	5,31	2,3	3,3	13	0,14	0	1,7	0
яблоко	0	0	0,34	0	0,45	2,2	25,8	1,6	0,9	1,1	0,21	0,2	0,03	0,9
яйцо куриное	0	0,03	15	0,21	0	9,8	11,2	4,7	1	16	0,21	1,9	2,59	5,3
сметана	0	0	3,08	0	0,01	1,5	4,62	3,7	0,4	2,5	0,01	0,4	0,02	0,7
мак	0	0	0	0	0	0,4	11,7	35	9,2	19	0,21	0,2	0,29	0,6
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,28	0,2	0	0	0,03	0	0	0
натрий двууглекислый	0	0	0	0	0	83	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
Выход:	0,02	0,07	21,9	0,21	0,5	193	75,3	74	18	86	0,88	16	9,28	13

Способ термической обработки: запекание.**Технология приготовления:**

Творог перетирают.

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт.

Яблоки очищают от кожуры, удаляют семенное гнездо и запекают.

Перетертый творог соединяют с яйцами, сметаной, маком, разрыхлителем и тщательно перемешивают.

Затем в массу добавляют яблочное пюре, перемешивают.

Всыпают рисовую муку и перемешивают.

Полученное тесто выкладывают на противень в форме шариков со швом вниз. Выпекают в пароконвектомате (или духовом шкафу) 15 минут при температуре 180 градусов.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид – форма правильная в соответствии с технологией; консистенция – мякиш хорошо пропечен, не липкий, не влажный на ощупь, пористость равномерная; вкус и запах приятные.

БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ

Номер рецептуры: 54-9в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
мука пшеничная высший сорт	49	49	5	0,6	31,2	149,6								
дрожжи прессованные	1,5	1,5	0,2	0	0,1	1,5								
сахар-песок	3	3	0	0	2,7	10,9								
масло сливочное	1,5	1,5	0	1	0	8,7								
масло подсолнечное	0,2	0,2	0	0,2	0	1,9								
соль поваренная йодированная	0,7	0,7	0	0	0	0								
вода	24	24	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		79,9												
Выход:		60	5,2	1,8	34	172,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мука пшеничная высший сорт	0,06	0,02	0	0	0	1,1	49,6	7,8	6,8	37	0,51	0,7	2,59	11
дрожжи прессованные	0,01	0,01	0	0	0	0,2	7,35	0,4	0,7	5,2	0,04	0,1	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,07	0,1	0	0	0,01	0	0	0
масло сливочное	0	0	4,05	0,02	0	0,2	0,37	0,3	0	0,4	0	0	0,01	0
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	206	0,05	2,3	0,1	0,5	0,02	28	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	7,4	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,07	0,03	4,05	0,02	0	207	57,5	18	7,6	43	0,58	29	2,6	11

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Из дрожжевого теста формируют шарики, кладут их швом вниз на смазанные маслом листы на расстоянии 10 мм один от другого и ставят в теплое место для расстойки на 40-50 мин. Выпекают в увлажненной камере 21-23 мин при температуре 170-200 градусов Цельсия.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Форма круглая, без притисков, с гладкой поверхностью. Мякиш хорошо пропечен, пористый. Цвет от золотистого до светло-коричневого. Вкус и запах свойственные свежеспекечному изделию из дрожжевого теста.

БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ

Номер рецептуры: 54-10в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
мука пшеничная высший сорт	40,5	40,5	4,1	0,5	25,8	123,7								
яйцо куриное	4	3,6	0,4	0,4	0	5,1								
дрожжи прессованные	0,8	0,8	0,1	0	0,1	0,8								
сахар-песок	5	5	0	0	4,5	18,2								
масло сливочное	5	5	0	3,2	0,1	29,1								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	18	18	0	0	0	0								
ванилин	0,03	0,03	0	0	0,02	0,1								
Масса полуфабриката:		73,7												
Выход:		60	4,6	4,1	30,52	177								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мука пшеничная высший сорт	0,05	0,01	0	0	0	0,9	41	6,4	5,6	30	0,42	0,6	2,14	8,9
яйцо куриное	0	0,01	5,62	0,08	0	3,7	4,18	1,7	0,4	6	0,08	0,7	0,97	2
дрожжи прессованные	0	0	0	0	0	0,1	3,92	0,2	0,4	2,8	0,02	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,12	0,1	0	0	0,01	0	0	0
масло сливочное	0	0	13,5	0,07	0	0,6	1,25	1,1	0	1,3	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	235	0,06	2,6	0,2	0,5	0,02	32	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	5,5	0	0	0	0	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,02	19,1	0,15	0	241	50,5	18	6,5	41	0,56	33	3,15	11

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Из дрожжевого теста формируют шарики массой 73 г., кладут их швом вниз на смазанные маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 мин. Поверхность шариков смазывают яйцами (1/3 от общей массы) и выпекают 8-10 минут при температуре 230-240 градусов Цельсия.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Булочка круглой формы, поверхность блестящая, светло-коричневого цвета. Мякиш ровный, хорошо пропечен. Вкус приятный, с ароматом ванилина.

РУЛЕТ С ОРЕХАМИ

Номер рецептуры: 54-11в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Мука пшеничная высший сорт	30	30	3	0,3	19,1	91,6								
Грецкий орех	12,9	12	1,8	6,4	1,2	69,9								
Яйцо куриное	2,7	2,4	0,3	0,2	0	3,4								
Сахар-песок	5,1	5,1	0	0	4,7	18,7								
Дрожжи прессованные	2,4	2,4	0,3	0,1	0,2	2,4								
Масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,5								
Масло подсолнечное	0,2	0,2	0	0,2	0	1,5								
Соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Вода	15	15	0	0	0	0								
Выход:		60	5,5	9,1	25,2	205								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,7	30	4,7	4,2	22	0,3	0,4	1,5	6,6
Грецкий орех	0	0	0,6	0	0,3	0,6	47	9,4	13	35	0,2	0,3	0,5	82
Яйцо куриное	0	0	3,7	0,1	0	2,4	2,8	1,2	0,2	4	0,1	0,5	0,7	1,3
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
Дрожжи прессованные	0	0	0	0	0	0,4	12	0,6	1,1	8,3	0,1	0,1	0	0
Масло сливочное	0	0	8,1	0	0	0,3	0,7	0,6	0	0,8	0	0	0	0,1
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0	1	0,1	0,2	0	12	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	4,6	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0	12	0,1	0,3	93	93	22	18	70	0,7	13	2,7	90

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто раскатывают в прямоугольный пласт толщиной в 5 см. Подготовленные орехи перетирают. На пласт укладывают мелко нарубленные орехи с сахаром и формируют рулет, ставят на расстойку, смазывают яйцом и выпекают при температуре 210-220 градусов Цельсия 25-30 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие в форме рулета, поверхность глянцевая, смазана яйцом; консистенция - мягкая, пышная, рулет хорошо пропечен, не липкий и не влажный на ощупь; цвет - от желтого до светло-коричневого; вкус - выпеченного изделия из дрожжевого теста с орехами.

БАНТИК С КОРИЦЕЙ

Номер рецептуры: 54-12в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Мука пшеничная высший сорт	36	36	3,7	0,4	22,9	109,9								
Яйцо куриное	10,5	9,6	1,1	1	0,1	13,5								
Корица	1	1	0	0	0,2	1,3								
Сметана	11,3	11,3	0,3	1,5	0,4	16								
Сахар-песок	8	8	0	0	7,3	29,1								
Масло сливочное	4	4	0	2,6	0,1	23,3								
Соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0								
Натрий двууглекислый	0,15	0,15	0	0	0	0								
Выход:		60	5,1	5,4	30,9	193,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,8	36	5,7	5	27	0,4	0,5	1,9	7,9
Яйцо куриное	0	0	15	0,2	0	9,8	11	4,6	1	16	0,2	1,9	2,6	5,3
Корица	0	0	0,1	0	0	0,1	0,3	8,8	0,5	0,6	0,1	0	0	0
Сметана	0	0	7,3	0	0	3,4	11	8,8	0,9	5,9	0	1,0	0	1,5
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,1	0	0	0	0	0	0
Масло сливочное	0	0	11	0,1	0	0,5	1	0,8	0	1	0	0	0	0,1
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	15	0	0,2	0	0	0	2	0	0
Натрий двууглекислый	0	0	0	0	0	31	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0,1	33	0,3	0	61	60	29	7,4	51	0,7	5,4	4,5	15

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Размягченное масло растирают с сахаром до белого цвета, добавляют постепенно сметану, соль, растворенный разрыхлитель, а затем всыпают просеянную муку и замешивают тесто в течение 1-4 минут. Приготовленное тесто раскатывают в виде пласта толщиной 3-4 мм, смазывают льезоном, посыпают корицей, смешанной с сахаром, вынимают круглой выемкой лепешки и придают им форму бантика. Или нарезают ромбиками и перекручивают в виде бантика. Выкладывают на листы и выпекают при температуре 200-220 градусов Цельсия в течение 7-10 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - имеет форму бантика, равномерно посыпаны корица и сахар; консистенция - рассыпчатая; цвет - светло-коричневый; вкус - приятный, в меру сладкий.

СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ
Номер рецептуры: 54-13в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Мука пшеничная высший сорт	44,8	44,8	4,6	0,5	28,5	136,8								
Яйцо куриное	1,8	1,6	0,2	0,2	0	2,2								
Дрожжи прессованные	0,7	0,7	0,1	0	0,1	0,7								
Масло сливочное	3,2	3,2	0	2	0	18,6								
Сахар-песок	4	4	0	0	3,6	14,6								
Соль поваренная йодированная	0,7	0,7	0	0	0	0								
Вода	19,0	19	0	0	0	0								
Выход:		60	4,9	2,7	32,2	172,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Мука пшеничная высший сорт	0,1	0	0	0	0	1	45	7,1	6,2	34	0,5	0,7	2,4	9,9
Яйцо куриное	0	0	2,5	0	0	1,6	1,9	0,8	0,2	2,7	0	0,3	0,4	0,9
Дрожжи прессованные	0	0	0	0	0	0,1	3,4	0,2	0,3	2,4	0	0	0	0
Масло сливочное	0	0	8,6	0	0	0,4	0,8	0,7	0	0,8	0	0	0	0,1
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	206	0,1	2,3	0,1	0,5	0	28	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	5,9	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,1	0	11	0,1	0	209	52	17	6,8	40	0,6	29	2,8	11

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Изделия изготавливают в виде плюшек. Дрожжевое тесто делят на куски, прокатывают их в жгут разрезают на куски и раскатывают в продольную лепешку. Лепешку смазывают маслом, свертывают в виде рулета, выравнивают растягиванием, перегибают пополам, при этом концы накладывают один на другой и скрепляют. После этого рулет разрезают по длине ножом на две части для одинарной плюшки и на три части для двойной, оставляя неразрезанными скрепленные концы, разворачивают в стороны по линии разреза. Разделанные плюшки укладывают на листы, смазанные маслом, ставят в теплое место для расстойки на 40-50 мин. За 15-20 мин. до конца расстойки поверхность смазывают яйцом. Выпекают изделия в течение 10-12 мин. при температуре 200-220 градусов Цельсия. Изделия можно изготавливать в форме плетенки или устрицы. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность глянцевая; консистенция - мякиш хорошо пропечен, равномерно пористый; цвет - ярко-коричневый, в местах разрезов более светлый; вкус - приятный, в меру соленый.

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ

Номер рецептуры: 54-14в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Мука пшеничная высший сорт	31,2	31,2	3,2	0,4	19,9	95,3								
Повидло абрикосовое	30	30	0,1	0	17,4	70,2								
Яйцо куриное	3,1	2,8	0,3	0,3	0	4								
Дрожжи прессованные	0,9	0,9	0,1	0	0,1	0,9								
Сахар-песок	1,6	1,6	0	0	1,5	5,8								
Масло сливочное	1,3	1,3	0	0,8	0	7,6								
Масло подсолнечное	0,2	0,2	0	0,2	0	1,6								
Соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
Вода	12	12	0	0	0	0								
Выход:		60	3,7	1,7	38,9	185,4								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Мука пшеничная высший сорт	0,04	0,01	0	0	0	0,7	31,6	4,9	4,3	23	0,33	0,5	1,6	6,9
Повидло абрикосовое	0	0	4,5	0	0,06	0,5	37,9	3,2	2,4	4,7	0,1	0	0	0
Яйцо куриное	0	0,01	4,37	0,1	0	2,9	3,25	1,4	0,3	4,7	0,06	0,6	0,8	1,5
Дрожжи прессованные	0	0	0	0	0	0,1	4,41	0,2	0,4	3,1	0,03	0	0	0
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	0
Масло сливочное	0	0	3,51	0	0	0,2	0,32	0,3	0	0,3	0	0	0	0
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	3,7	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,04	0,02	12,4	0,1	0,1	151	77,5	15	7,5	37	0,53	21	2,4	8,4

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подсыпанный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1-1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на порционные куски. Укладывают их швом вниз на лист, смазанный маслом, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубления, которые заполняют начинкой. После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом (1,3 г) и выпекают при температуре 230-240 градусов 6-8 минут. Температура подачи 65 градусов.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид готового изделия: круглой формы, золотистого цвета. Вкус приятный сладкий, без посторонних привкусов и запахов. Консистенция мягкая.

ТВОРОЖНИК ПЕСОЧНЫЙ

Номер рецептуры: 54-15в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Мука пшеничная высший сорт	20	20	2	0,2	12,7	61,1								
Творог	16,5	16,5	3,3	0,7	0,5	21,4								
Яйцо куриное	5,5	5	0,6	0,5	0	7,1								
Сахар-песок	7,5	7,5	0	0	6,8	27,2								
Сметана	1,5	1,5	0	0,2	0,1	2,1								
Масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,6								
Соль поваренная йодированная	0,04	0,04	0	0	0	0								
Уксус	0,1	0,1	0	0	0	0								
Ванилин	0,02	0,02	0	0	0	0,1								
Натрий двууглекислый	0,1	0,1	0	0	0	0								
Выход:		50	6	6,5	20,2	162,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,5	20	3,2	2,8	15	0,2	0,3	1,1	4,4
Творог	0	0	3,3	0	0	5,1	15	24	3,3	32	0,1	1,5	4,4	5,3
Яйцо куриное	0	0	7,8	0,1	0	5,1	5,8	2,4	0,5	8,4	0,1	1,0	1,4	2,8
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,1	0	0	0	0	0	0
Сметана	0	0	1	0	0	0,5	1,4	1,2	0,1	0,8	0	0,1	0	0,2
Масло сливочное	0	0	20	0,1	0	0,9	1,9	1,6	0	2	0	0	0,1	0,2
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	12	0	0,1	0	0	0	1,6	0	0
Уксус	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Натрий двууглекислый	0	0	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0,1	32	0,2	0	38	45	32	6,7	58	0,4	4,5	7	13

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Для теста: Масло сливочное (7,5гр), сахар (4гр), яйца (2,5 гр), сметану, соду, соль, эссенцию перемешивают в течении 20-30 мин. до получения однородной массы. Для приготовления творожного фарша: творог взбивают во взбивательной машине при малом числе оборотов в течении 5-7 мин до однородной массы. во взбивательную машину добавляют муку, яйца, сахар и взбивают еще 10 мин в конце взбивания добавляют ванилин. готовое песочное тесто развешивают по 33 гр. и раскатывают в круглые лепешки. на середину лепешки раскладывают творожный фарш (25 гр) края лепешки накрывают друг на друга . сформированное изделие выпекают 10-15 минут при 230-250 градусах.

Характеристика блюда на выходе:

Форма полукруглая, мякиш - хорошо пористый, рассыпчатый, светло - коричневый, Фарш сочный без комков.

ШАНЕЖКА С ЯБЛОКАМИ

Номер рецептуры: 54-16в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
Мука пшеничная высший сорт	21,6	21,6	2,2	0,2	13,7	65,9									
Яблоко	50,1	44,4	0,2	0,2	4	17,9									
Яйцо куриное	3,9	3,6	0,4	0,4	0	5,1									
Молоко	8,2	8,2	0,2	0,2	0,4	3,9									
Дрожжи прессованные	0,7	0,7	0,1	0	0,1	0,7									
Сметана	0,6	0,6	0	0,1	0	0,9									
Масло сливочное	1,2	1,2	0	0,8	0	6,9									
Сахар-песок	7,8	7,8	0	0	7,1	28,4									
Выход:		60	3,1	1,8	25,3	129,7									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
Мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,5	22	3,4	3	16	0,2	0,3	1,1	4,7	
Яблоко	0	0	1,3	0	1,8	8,8	102	6,2	3,5	4,3	0,8	0,9	0,1	3,5	
Яйцо куриное	0	0	5,6	0,1	0	3,7	4,2	1,7	0,4	6	0,1	0,7	0,9	2	
Молоко	0	0	1,1	0	0	3,1	10	8,7	1	6,4	0	0,8	0,2	1,6	
Дрожжи прессованные	0	0	0	0	0	0,1	3,5	0,2	0,3	2,5	0	0	0	0	
Сметана	0	0	0,4	0	0	0,2	0,6	0,5	0	0,3	0	0,1	0	0,1	
Масло сливочное	0	0	3,2	0	0	0,1	0,3	0,3	0	0,3	0	0	0	0	
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,1	0	0	0	0	0	0	
Выход:	0	0	12	0,1	1,8	17	143	21	8,2	36	1,2	2,7	2,3	12	

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Для приготовления яблочного фарша свежие яблоки моют в проточной воде не менее 5 минут, ошпаривают, очищают от кожицы, удаляют сердцевину, шинкуют с помощью овощерезательной машины соломкой (2 на 15 мм). Нарезанные яблоки пересыпают сахаром (6 г), добавляют воду и при слабом нагреве варят до загустения яблочного пюре. Во время варки массу периодически помешивают. Готовое дрожжевое тесто после первой обминки дозируют, формируют шарики массой около 70 г, раскатывают на лепешки. Укладывают на смазанный маслом лист, на середину каждой лепешки кладут яблочный фарш, ставят на расстойку (20-30 мин.). Перед выпечкой смазывают яйцом, сметаной и выпекают при температуре 220 градусов Цельсия 25-35 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - мякиш пышный, хорошо пропечен; консистенция - пористая; цвет - с боков золотистый, на поверхности яблок светло-золотистая корочка; вкус - приятный.

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ

Номер рецептуры: 54-16в (от 1 до 7 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
Мука пшеничная высший сорт	33,6	33,6	3,4	0,4	21,4	102,6								
Меланж	4,1	4,1	0,5	0,4	0	5,8								
Яйцо куриное	0,5	0,4	0,1	0	0	0,6								
Дрожжи прессованные	0,2	0,2	0	0	0	0,2								
Сахар-песок	9,6	9,6	0	0	8,7	34,9								
Маргарин	8,4	8,4	0	5,9	0,1	53,7								
Масло подсолнечное	0,3	0,3	0	0,3	0	2,4								
Соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
Вода	12	12	0	0	0	0								
Выход:		60	4	7	30,2	200,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,8	34	5,3	4,7	25	0,4	0,5	1,8	7,4
Меланж	0	0	6,4	0	0	4,2	4,8	2	0,4	6,9	0,1	0,9	1,1	2,2
Яйцо куриное	0	0	0,7	0	0	0,4	0,5	0,2	0	0,7	0	0,1	0,1	0,3
Дрожжи прессованные	0	0	0	0	0	0	0,9	0	0,1	0,6	0	0	0	0
Сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,2	0	0	0	0	0	0
Маргарин	0	0	41	0	0	1,8	1,2	0,2	0,1	2,2	0	0	0	0
Масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	53	0	0,6	0	0,1	0	7,2	0	0
Вода	0	0	0	0	0	0	0	3,7	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	48	0	0	60	42	12	5,3	36	0,5	8,7	3	9,9

Способ обработки: запекание.

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто приготовленное опарным или безопарным способом, делят на куски массой 54 гр, которые подкатывают в жгут и свертывают в виде восьмёрки. Крендели -полуфабрикаты укладывают на смазанные маслом (0,25 гр) листы, смазывают меланжем, посыпают сахарным песком (3гр) и выпекают при температуре 220-250 градусов 10-15 минут.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция: мягкая, пышная. Цвет: от желтого до светло-коричневого. Вкус и цвет выпечного изделия из дрожжевого теста.

**Приложение 1
к Пособию**

**МЕНЮ ПЯТИРАЗОВОЕ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В
ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ**

Таблица 1

Основное меню для детей в возрасте 1-3 года

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,1	3,4	13,4	100,7
Пром.	Фрукт (банан)**	70	1,1	0,4	14,7	66,2
54-21гн	Какао с молоком	150	2,6	1,9	8,3	60,8
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	400	9,9	6	48,8	288,5
	Второй завтрак					
54-45гн	Смесь молочная детская	100	1,7	3,5	8	70,6
	Итого за Второй завтрак	100	1,7	3,5	8	70,6
	Обед					
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,3	1,5	0,9	18,7
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,5	4,2	4,3	69,2
54-6г	Рис отварной	120	2,9	3,9	29,2	162,8
54-14м	Фрикадельки из говядины	60	8,2	7,3	4,1	114,7
54-6хн	Компот из вишни	150	0,2	0,1	7,7	32,1
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	545	17,5	17,3	60,3	466,9
	Полдник					
54-21хн	Кисель из брусники	150	0,1	0,1	11,1	45,5
54-10в	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
	Итого за полдник	210	4,8	4,1	41,6	222,4
	Ужин					
54-12г	Котлеты капустные	110	6,3	4,6	18,8	141,9
54-22м	Суфле из курицы	60	13,4	5,5	0,3	104,3
54-1гн	Чай без сахара	150	0,1	0	0	0,5
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Фруктовое пюре	80	0	0	12	48
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Ужин	430	21,9	10,4	43,5	355,5
	Итого за день	1685	55,8	41,3	202,2	1403,9
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1о	Омлет натуральный	100	8,5	12	2,2	150,1
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	150	0,1	0	4,9	20,4
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	350	11	12,6	26,4	262,4
	Второй завтрак					
Пром.	Молоко	150	4,4	3,8	7,2	80
	Итого за Второй завтрак	150	4,4	3,8	7,2	80
	Обед					
54-17з	Салат из моркови и чернослива	30	0,5	0,1	6,5	28,4
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	3,5	4,3	7,6	82,8
54-11г	Картофельное пюре	120	2,5	4,2	15,9	111,5
54-10р	Тефтели рыбные (треска)	60	7,7	4,7	7,6	103,4
54-2соус	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-2хн	Компот из кураги	150	0,7	0	11,7	50,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	570	18,2	14,5	66,7	469,9
	Полдник					
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2
Пром.	Сок виноградный	180	0,5	0,4	29,3	122,8
	Итого за полдник	200	2	2,4	44,2	206
	Ужин					
54-3т	Суфле из моркови с творогом	150	11,5	6,9	23,3	201,2
Пром.	Фрукт (мандарин)**	70	0,6	0,1	5,3	24,5
54-7гн	Чай с малиной и сахаром	150	0,1	0,1	5,5	22,9
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Ужин	415	15,4	7,6	52,3	338,2
	Итого за день	1685	51	40,9	196,8	1356,5
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
54-10к	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	120	5	6,5	23	170,3
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-2гн	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Завтрак	370	7,5	7	47,4	282,6
	Второй завтрак					
Пром.	Напиток тыквенный	150	0,3	0	15,5	63
	Итого за Второй завтрак	150	0,3	0	15,5	63
	Обед					
54-3з	Овоши в нарезке (помидор)***	30	0,3	0,1	1,1	6,4
54-4с	Рассольник домашний	150	3,4	4,3	8,7	87,1
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,6	5,1	28,7	187
54-8м	Тефтели из говядины паровые	60	8,2	7,2	5	117
54-5хн	Компот из яблок и вишни	150	0,2	0,1	7,6	31,9
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	545	21,1	17,1	65,2	498,8
	Полдник					
54-23хн	Кисель из смородины	150	0,2	0,1	9,2	37,9
54-4в	Кекс "Столичный"	50	2,7	8,3	24	181,8
	Итого за полдник	200	2,9	8,4	33,2	219,7
	Ужин					

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
54-14г	Пюре из моркови и яблок	100	0,6	0,2	5,6	26
54-10м	Капуста тушенная с мясом	120	13,2	13,2	8	203,7
Пром.	Ряженка	150	4,4	3,8	6,3	76,4
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Ужин	400	20,3	17,5	32,3	366,9
	Итого за день	1665	52,1	50	193,6	1431
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	120	5	6,1	22,6	164,9
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	150	0,2	0	1,3	6,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
Пром.	Фруктовое пюре	80	0	0	12	48
	Итого за Завтрак	380	7,3	6,4	48,3	279,9
	Второй завтрак					
54-45гн	Смесь молочная детская	100	1,7	3,5	8	70,6
	Итого за Второй завтрак	100	1,7	3,5	8	70,6
	Обед					
54-13з	Салат из свеклы отварной	30	0,4	1,3	2,3	22,8
54-6с	Суп картофельный с клецками	150	3,5	2,5	8,5	70,2
54-9г	Рагу из овощей	120	2,3	6	10,9	106,7
54-26м	Печень тертая	60	8,5	13,6	3,6	170,6
54-12хн	Компот из клюквы	150	0,1	0	5,3	21,6
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Обед	550	17,6	23,8	47,1	473
	Полдник					
54-6т	Сырники	50	9,8	2,9	10,3	106,7
Пром.	Йогурт	160	5,4	4	8,8	93
	Итого за полдник	210	15,2	6,9	19,1	199,7
	Ужин					
54-2г	Макаронные отварные с овощами	120	3,8	5	21,2	144,6
Пром.	Фрукт (банан)**	100	1,5	0,5	21	94,5
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	150	1,1	0,8	6,4	37,7
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Ужин	400	8,5	6,6	61	337,6
	Итого за день	1640	50,3	47,2	183,5	1360,8
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	120	4,9	5,5	23,2	162,2
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-11гн	Чай с медом	150	0,1	0	5,5	22,7
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	370	7,4	6,1	48	276,8
	Второй завтрак					
Пром.	Молоко	150	4,4	3,8	7,2	80
	Итого за Второй завтрак	150	4,4	3,8	7,2	80
	Обед					
54-2з	Овощи в нарезке (огурец)***	30	2,9	1,6	10	65,8
54-1с	Щи из свежей капусты со	150	3,5	4,2	4,3	69,2

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	сметаной					
54-10г	Картофель отварной в молоке	120	3,6	4,4	21,2	138,9
54-6р	Суфле рыбное (горбуша)	60	12,8	7,1	2,6	125,6
54-4хн	Компот из изюма	150	0,3	0,1	13,7	56,9
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	550	25,9	17,8	68,3	537,5
	Полдник					
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Сок морковный	180	2	0,2	22,7	100,3
	Итого за полдник	210	2,8	1,2	45,9	205,3
	Ужин					
54-4т	Пудинг из творога с яблоками	150	22,9	10,8	15,4	250,4
Пром.	Фрукт (мандарин)**	70	0,6	0,1	5,3	24,5
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	150	0,1	0	5,1	21,1
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Ужин	400	25,7	11,2	38,2	356,8
	Итого за день	1680	66,2	40,1	207,6	1456,4
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-17к	Суп молочный с гречневой крупой	150	4,3	3,6	11,9	97,4
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-21гн	Какао с молоком	150	2,6	1,9	8,3	60,8
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	400	9,3	6	39,8	250,9
	Второй завтрак					
Пром.	Напиток тыквенный	150	0,3	0	15,5	63
	Итого за Второй завтрак	150	0,3	0	15,5	63
	Обед					
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	30	0,5	1,6	5	36,7
54-3с	Рассольник Ленинградский	150	3,6	4,3	10,2	94,2
54-2г	Макаронные отварные с овощами	120	3,8	5	21,2	144,6
54-10р	Тефтели рыбные (треска)	60	7,7	4,7	7,6	103,4
54-3хн	Компот из чернослива	150	0,4	0,1	14,6	61
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Обед	540	18,1	16	71	500,7
	Полдник					
54-2в	Коржик молочный	40	2,7	3,9	20,9	130
Пром.	Молоко	160	4,6	4	7,7	85,3
	Итого за полдник	200	7,3	7,9	28,6	215,3
	Ужин					
54-2т	Запеканка из творога с морковью	120	12,5	7,3	21	199,7
54-1соус	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,7	18,6
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-19гн	Чай фруктовый с вишней, малиной и яблоками	150	0,2	0,1	1,2	6
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Ужин	400	16,1	9,7	46,3	336,5
	Итого за день	1690	51,1	39,6	201,2	1366,4
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-4к	Каша вязкая молочная кукурузная с изюмом	120	4,3	5,3	28,6	178,9
Пром.	Фрукт (мандарин)**	70	0,6	0,1	5,3	24,5
54-2гн	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	370	7,1	5,7	51,1	283,8
	Второй завтрак					
54-45гн	Смесь молочная детская	100	1,7	3,5	8	70,6
	Итого за Второй завтрак	100	1,7	3,5	8	70,6
	Обед					
54-2з	Овощи в нарезке (огурец)***	30	2,9	1,6	10	65,8
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	150	3,8	4,3	8,1	86,7
54-26г	Картофельный пудинг	120	4,3	6,3	21	158
54-5м	Котлета из курицы	60	11,5	2,6	8	101,2
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	0,4	0	14,8	60,7
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Обед	540	25	15,1	74,3	533,2
	Полдник					
54-4т	Пудинг из творога с яблоками	100	15,3	7,2	10,2	166,9
54-23хн	Кисель из смородины	150	0,2	0,1	9,2	37,9
	Итого за полдник	250	15,5	7,3	19,4	204,8
	Ужин					
54-14г	Пюре из моркови и яблок	100	0,6	0,2	5,6	26
54-12г	Котлеты капустные	110	6,3	4,6	18,8	141,9
54-8м	Тефтели из говядины паровые	60	8,2	7,2	5	117
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	150	0,1	0	4,9	20,4
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Ужин	450	17,3	12,3	46,7	366,1
	Итого за день	1710	66,6	43,9	199,5	1458,5
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1о	Омлет натуральный	100	8,5	12	2,2	150,1
54-7гн	Чай с малиной и сахаром	150	0,1	0,1	5,5	22,9
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
Пром.	Фруктовое пюре	80	0	0	12	48
	Итого за Завтрак	360	10,7	12,4	32,1	281,8
	Второй завтрак					
Пром.	Сок абрикосовый	150	0,8	0	19,1	79,2
	Итого за Второй завтрак	150	0,8	0	19,1	79,2
	Обед					
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	30	0,7	3,3	1,1	36,8
54-8с	Суп гороховый	150	5	3,4	12,2	99,9
54-9г	Рагу из овощей	120	2,3	6	10,9	106,7

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
54-4м	Котлеты из говядины	60	10,9	10,4	9,9	177,1
54-12хн	Компот из клюквы	150	0,1	0	5,3	21,6
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Обед	545	21,4	23,4	53,5	511,5
	Полдник					
Пром.	Сок виноградный	180	0,5	0,4	29,3	122,8
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2
	Итого за полдник	200	2	2,4	44,2	206
	Ужин					
54-3т	Суфле из моркови с творогом	150	11,5	6,9	23,3	201,2
Пром.	Фрукт (банан)**	70	1,1	0,4	14,7	66,2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	150	1,1	0,8	6,4	37,7
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Ужин	400	15,8	8,4	56,8	365,9
	Итого за день	1655	50,7	46,6	205,7	1444,4
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	120	4,9	5,5	23,2	162,2
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-11гн	Чай с медом	150	0,1	0	5,5	22,7
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	370	7,4	6,1	48	276,8
	Второй завтрак					
Пром.	Йогурт	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Итого за Второй завтрак	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Обед					
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	30	0,5	1,6	5	36,7
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,5	4,2	4,3	69,2
54-11г	Картофельное пюре	120	2,5	4,2	15,9	111,5
54-6р	Суфле рыбное (горбуша)	60	12,8	7,1	2,6	125,6
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	0,4	0	14,8	60,7
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Обед	545	22,1	17,4	56,7	473,1
	Полдник					
54-2в	Коржик молочный	40	2,7	3,9	20,9	130
Пром.	Молоко	160	4,6	4	7,7	85,3
	Итого за полдник	200	7,3	7,9	28,6	215,3
	Ужин					
54-10м	Капуста тушеная с мясом	150	16,5	16,5	10	254,6
Пром.	Фрукт (мандарин)**	70	0,6	0,1	5,3	24,5
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	150	0,2	0	1,3	6,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Ужин	400	19,4	16,9	29	346,1
	Итого за день	1665	61,3	52,1	170,6	1398,5
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,1	3,4	13,4	100,7
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-21гн	Какао с молоком	150	2,6	1,9	8,3	60,8
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	400	9,1	5,8	41,3	254,2
	Второй завтрак					
54-45гн	Смесь молочная детская	100	1,7	3,5	8	70,6
	Итого за Второй завтрак	100	1,7	3,5	8	70,6
	Обед					
54-3з	Овощи в нарезке (помидор)***	30	0,3	0,1	1,1	6,4
54-3с	Рассольник Ленинградский	150	3,6	4,3	10,2	94,2
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,6	5,1	28,7	187
54-8м	Тефтели из говядины паровые	60	8,2	7,2	5	117
54-10хн	Компот из черники	150	0,2	0,1	5,8	24,6
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Обед	545	21,3	17,1	64,9	498,6
	Полдник					
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Сок морковный	180	2	0,2	22,7	100,3
	Итого за полдник	210	2,8	1,2	45,9	205,3
	Ужин					
54-14г	Пюре из моркови и яблок	100	0,5	0,2	5,1	24
54-2г	Макаронны отварные с овощами	120	3,8	5	21,2	144,6
54-22м	Суфле из курицы	60	13,4	5,5	0,3	104,3
54-2гн	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Ужин	460	19,9	11	43,8	353,3
	Итого за день	1715	54,8	38,6	203,9	1382
	Средние показатели за Завтрак	377	8,67	7,41	43,12	273,77
	Средние показатели за Второй завтрак	130	2,21	2,54	10,48	73,48
	Средние показатели за Обед	547,5	20,82	17,95	62,8	496,32
	Средние показатели за полдник	209	6,26	4,97	35,07	209,98
	Средние показатели за Ужин	415,5	18,03	11,16	44,99	352,29
	Средние показатели за период	1679	56	44	196,5	1405,8
Примечание:						
№ рецептуры* - номера рецептов из перечня блюд;						
Фрукт** - допускается выдача иных фруктов;						
Овощи в нарезке, горошек зеленый*** - допускается выдача иных овощей.						

**Информация о пищевой, энергетической и витаминно-минеральной
ценности меню**

Показатели	Фактические значения по меню	Рекомендуемые значения на сутки	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Энергетическая ценность, ккал	1405,8	1400	100,4
Витамин С, мг	53,8	45	119,6
Витамин В1, мг	0,7	0,8	87,5
Витамин В2, мг	1	0,9	111,1
Витамин А, мкг рэ	488,1	450	108,5
Кальций, мг	748	800	93,5
Фосфор, мг	862	700	123,1
Магний, мг	236,8	80	296
Железо, мг	12,4	10	124
Калий, мг	510	400	127,5
Йод, мкг	152,1	70	217,3
Селен, мкг	60,1	1,5	4006,7

Таблица 3

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню завтраков по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ЗАВТРАК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	150	15
Хлеб пшеничный	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	150	15
Крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	12	1,2
Крупа кукурузная	-	-	-	-	-	-	33	-	-	-	33	3,3
Крупа овсяная	-	-	29	-	-	-	-	-	-	-	29	2,9
Крупа пшеничная	-	-	-	-	30	-	-	-	30	-	60	6
Крупа пшенная	-	-	-	30	-	-	-	-	-	-	30	3
Макаронные изделия в/с	12	-	-	-	-	-	-	-	-	12	24	2,4
Апельсин	-	-	-	11	-	-	-	-	-	-	11	1,1
Банан	70	-	-	-	-	-	-	-	-	-	70	7
Груша	-	-	70	8	-	70	-	-	-	70	218	21,9
Лимон	-	6	-	-	-	-	-	-	-	-	6	0,6
Мандарин	-	-	-	-	-	-	70	-	-	-	70	7
Яблоко	-	70	-	-	70	-	-	-	70	-	210	21
Фруктовое пюре	-	-	-	80	-	-	-	80	-	-	160	16
Малина	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-	10	1
Изюм	-	-	6	-	-	-	6	-	-	-	12	1,2
Молоко	180	38	57	62	64	180	57	38	64	180	921	92,1
Масло сливочное	2	8	6	6	6	2	6	8	6	2	49	4,9
Яйцо куриное	-	68	-	-	-	-	-	68	-	-	135	13,5
Сахар-песок	6	5	7	2	2	6	7	5	2	6	49	4,9
Мед пчелиный	-	-	-	-	7,5	-	-	-	7,5	-	15	1,5
Чай черный байховый	-	0,4	0,4	0,4	0,4	-	0,4	0,4	0,4	-	2,7	0,3
Какао-порошок	2,3	-	-	-	-	2,3	-	-	-	2,3	6,8	0,7
Соль йодированная	0,2	0,3	0,6	0,6	0,6	0,2	0,6	0,3	0,6	0,2	4,1	0,4

Таблица 4

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню вторых завтраков по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ВТОРОЙ ЗАВТРАК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Напиток тыквенный	-	-	150	-	-	150	-	-	-	-	300	30
Сок абрикосовый	-	-	-	-	-	-	-	150	-	-	150	15
Молоко	-	150	-	-	150	-	-	-	-	-	300	30
Сухая молочная смесь, детская	16	-	-	16	-	-	16	-	-	16	64	6,4
Йогурт	-	-	-	-	-	-	-	-	150	-	150	15

Таблица 5

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню обедов по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	20	20	20	20	20	15	15	20	20	20	190	19
Хлеб пшеничный	24	28	23	20	20	23	22	26	15	23	225	22,5
Сухари панировочные	-	-	-	-	-	-	7	7	-	-	13	1,3
Мука пшеничная в/с	2	6	-	6	10	5	7	1	4	-	40	4
Крупа рисовая	43	-	-	-	-	3	-	-	-	3	49	4,9
Крупа перловая	-	-	-	-	-	-	6	-	-	-	6	0,6
Крупа гречневая ядрица	-	-	55	-	-	-	-	-	-	55	110	11
Горох	-	-	-	-	-	-	-	12	-	-	12	1,2
Макаронные изделия в/с	-	-	-	-	7	29	7	-	-	-	43	4,3
Картофель (01.09-31.10)	-	153	61	93	181	61	196	103	137	61	1047	104,7
Картофель (31.10-31.12)	-	164	65	99	193	65	209	110	146	65	1117	111,7
Картофель (31.12-28.02)	-	175	70	106	206	70	224	118	156	70	1193	119,3
Картофель (29.02-01.09)	-	190	76	115	223	76	242	128	169	76	1293	129,3

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Зелень сушеная	-	-	-	-	0	-	0	-	-	-	0	0,0
Огурец соленый	-	-	11	-	-	11	-	-	-	11	34	3,4
Укроп	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-	1	0,1
Томат	16	-	34	-	-	-	-	8	-	34	92	9,2
Свекла (01.09-31.12)	-	30	-	36	-	28	-	-	28	-	122	12,2
Свекла (01.01-31.08)	-	33	-	39	-	31	-	-	31	-	133	13,3
Репа	-	-	-	24	-	-	-	24	-	-	48	4,8
Петрушка (корень)	0	1	-	-	0	-	-	2	0	-	4	0,4
Огурец	12	-	-	-	-	-	-	8	-	-	19	1,9
Морковь (01.09-31.12)	8	38	8	32	13	29	13	32	8	8	184	18,4
Морковь (01.01-31.08)	8	41	8	34	14	31	14	34	8	8	201	20,1
Лук репчатый	8	19	32	40	12	18	29	20	8	32	216	21,6
Лук зеленый	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0,4
Капуста белокочанная	53	15	15	30	53	-	23	48	53	-	288	28,8
Томатное пюре	1	5	-	-	1	7	-	-	1	-	14	1,4
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	-	-	8	-	-	-	-	8	0,8
Черника	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	16	1,6
Клюква	-	-	-	16	-	-	-	16	-	-	32	3,2
Яблоко	-	-	18	-	-	-	-	-	-	-	18	1,9
Вишня	32	-	15	-	-	-	-	-	-	-	47	4,7
Чернослив	-	8	-	-	-	20	-	-	-	-	28	2,8
Смесь сухофруктов	-	-	-	-	-	-	20	-	20	-	40	4,0
Курага	-	16	-	-	-	3	-	-	3	-	22	2,3
Изюм	-	-	-	-	15	3	-	-	3	-	21	2,1
Говядина 1 категории	49	-	47	-	-	-	-	58	-	47	202	20,2
Печень говяжья	-	-	-	46	-	-	-	-	-	-	46	4,6
Куриная грудка (филе)	-	-	-	-	-	-	51	-	-	-	51	5,1
Треска (филе)	-	46	-	-	-	46	-	-	-	-	92	9,2
Горбуша (филе)	-	-	-	-	62	-	-	-	62	-	123	12,3
Молоко	-	19	-	-	57	-	10	14	40	-	141	14,1
Сметана	8	8	8	18	8	8	8	18	8	8	96	9,6
Масло сливочное	7,2	6,4	7,2	19,4	3,6	7,2	7,2	5,1	9,0	7,2	79,8	8,0
Масло подсолнечное	4,5	7,5	3,0	6,2	7,6	9,3	5,7	9,2	4,8	3,0	60,8	6,1
Яйцо куриное	-	4,0	-	8,1	13,2	4,0	13,2	2,6	13,2	-	58,2	5,8
Сахар-песок	5,3	7,4	5,3	5,3	5,3	5,3	5,3	5,3	5,3	5,3	54,6	5,5

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Соль йодированная	1,0	1,4	0,8	1,2	1,3	1,5	0,9	1,0	1,2	0,8	11,1	1,1
Лавровый лист	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0
Кислота лимонная	0,2	0,2	-	-	-	-	-	0,1	-	-	0,4	0

Таблица 6

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню уплотненных полдников по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ПОЛДНИК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Сухари панировочные	-	-	-	-	-	-	4	-	-	-	4	0,4
Мука пшеничная в/с	41	-	16	3	-	23	-	-	23	-	105	10,5
Крупа манная	-	-	-	4	-	-	-	-	-	-	4	0,4
Яблоко	-	-	-	-	-	-	26	-	-	-	26	2,6
Брусника	16	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	1,6
Смородина черная	-	-	19	-	-	-	19	-	-	-	39	3,9
Изюм	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-	10	1,0
Сок виноградный	-	180	-	-	-	-	-	180	-	-	360	36,0
Сок морковный	-	-	-	-	180	-	-	-	-	180	360	36,0
Молоко	-	-	-	-	-	164	-	-	164	-	328	32,8
Йогурт	-	-	-	160	-	-	-	-	-	-	160	16,0
Творог	-	-	-	45	-	-	68	-	-	-	113	11,3
Сметана	-	-	-	2	-	-	4	-	-	-	6	0,6
Масло сливочное	5	-	12	1	-	5	4	-	5	-	32	3,2
Яйцо куриное	4	-	7	2	-	2	11	-	2	-	29	2,9
Сахар-песок	13	-	14	5	-	7	9	-	7	-	54	5,4
Пудра рафинадная	-	-	1	-	-	-	-	-	-	-	1	0,1
Вафли с фруктово-ягодными начинками	-	-	-	-	30	-	-	-	-	30	60	6,0
Печенье	-	20	-	-	-	-	-	20	-	-	40	4,0
Дрожжи прессованные	0,8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,8	0,1
Крахмал картофельный	4,5	-	4,5	-	-	-	4,5	-	-	-	13,5	1,4

Наименование пищевой продукции	ПОЛДНИК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Соль йодированная	0,8	-	0,1	0,1	-	-	0,2	-	-	-	1,2	0,1
Ванилин	0	-	-	0	-	0	0	-	0	-	0,1	0
Натрий двууглекислый	-	-	0,1	-	-	0,3	-	-	0,3	-	0,7	0,1

Таблица 7

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню ужинов по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	УЖИН										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	15	25	15	15	15	20	15	15	15	15	165	16,5
Сухари панировочные	-	6	-	-	6	3	-	6	-	-	20	2,0
Хлеб пшеничный	15	20	15	15	15	20	23	15	15	15	168	16,8
Мука пшеничная в/с	9	-	1	-	-	1	9	-	1	-	20	2,0
Крупа манная	11	7	-	-	-	12	11	7	-	-	48	4,8
Макаронные изделия в/с	-	-	-	29	-	-	-	-	-	29	59	5,9
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	8	-	-	-	-	-	8	15	1,5
Томатное пюре	-	-	5	7	-	-	-	-	6	7	25	2,5
Капуста белокочанная	147	-	115	-	-	-	147	-	143	-	551	55,1
Лук репчатый	-	-	8	-	-	-	25	-	10	-	43	4,3
Морковь(01.09-31.12)	-	119	50	21	-	94	46	119	5	59	513	51,3
Морковь(01.01-31.08)	-	130	54	23	-	102	50	130	5	64	558	55,8
Укроп	-	-	-	1	-	-	-	-	-	1	1	0,1
Апельсин	-	-	-	-	-	-	-	-	11	-	11	1,1
Банан	-	-	-	100	-	-	-	70	-	-	170	17,0
Вишня	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	5	0,5
Груша	-	-	-	-	-	-	-	-	8	-	8	0,9
Лимон	-	-	-	-	-	-	6	-	-	-	6	0,6
Мандарин	-	70	-	-	70	-	-	-	70	-	210	21,0
Яблоко	-	-	41	-	39	75	41	-	-	39	236	23,6
Фруктовое пюре	80	-	-	-	-	-	-	-	-	-	80	8,0
Клюква	-	-	-	-	10	-	-	-	-	-	10	1,0

Наименование пищевой продукции	УЖИН										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Малина	-	10	-	-	-	5	-	-	-	-	14	1,5
Говядина 1 категории	-	-	72	-	-	-	47	-	90	-	210	21,0
Куриная грудка (филе)	61	-	-	-	-	-	-	-	-	61	123	12,3
Молоко	22	21	-	38	-	18	22	58	-	-	178	17,8
Ряженка	-	-	150	-	-	-	-	-	-	-	150	15,0
Творог	-	34	-	-	102	45	-	34	-	-	215	21,5
Сметана	-	6	-	-	6	13	-	6	-	-	30	3,0
Масло сливочное	9	4	6	7	6	7	5	4	8	13	69	6,9
Масло подсолнечное	-	-	0	-	-	-	-	-	0	-	1	0,1
Яйцо куриное	27	15	-	-	17	5	16	15	-	11	106	10,6
Сахар-песок	-	13,5	2,4	5,3	11,3	4,8	5,3	13,5	3,0	5,3	64,1	6,4
Чай черный байховый	0,4	0,4	-	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	3,4	0,3
Соль йодированная	0,7	0,4	0,5	0,4	0,3	0,3	0,6	0,4	0,6	0,7	4,9	0,5
Лавровый лист	-	-	0,1	-	-	-	-	-	0,1	-	0,1	0,0
Ванилин	-	-	-	-	0,0	-	-	-	-	-	0,0	0,0

Таблица 8

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. бруто

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	50	60	50	50	50	50	45	50	50	50	505	50,5
Сухари панировочные	-	6	-	-	6	3	11	12	-	-	37	3,8
Хлеб пшеничный	54	63	53	50	50	58	60	56	45	53	543	54,3
Мука пшеничная в/с	51	6	17	9	10	28	16	1	28	-	165	16,5
Горох	-	-	-	-	-	-	-	12	-	-	12	1,2
Крупа гречневая ядрица	-	-	55	-	-	12	-	-	-	55	122	12,2
Крупа кукурузная	-	-	-	-	-	-	33	-	-	-	33	3,3
Крупа манная	11	7	-	4	-	12	11	7	-	-	51	5,1
Крупа овсяная	-	-	29	-	-	-	-	-	-	-	29	2,9
Крупа перловая	-	-	-	-	-	-	6	-	-	-	6	0,6

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Крупа пшеничная	-	-	-	-	30	-	-	-	30	-	60	6,0
Крупа рисовая	43	-	-	-	-	3	-	-	-	3	49	4,9
Крупа пшенная	-	-	-	30	-	-	-	-	-	-	30	3,0
Макаронные изделия в/с	12	-	-	29	7	29	7	-	-	41	126	12,6
Картофель(01.09-31.10)	-	153	61	93	181	61	196	103	137	61	1047	104,7
Картофель(31.10-31.12)	-	164	65	99	193	65	209	110	146	65	1117	111,7
Картофель(31.12-28.02)	-	175	70	106	206	70	224	118	156	70	1193	119,3
Картофель(29.02-01.09)	-	190	76	115	223	76	242	128	169	76	1293	129,3
Зелень сушеная	-	-	-	-	0	-	0	-	-	-	0	0,0
Огурец соленый	-	-	11	-	-	11	-	-	-	11	34	3,4
Укроп	-	-	-	1	-	1	-	-	-	1	2	0,2
Томат	16	-	34	-	-	-	-	8	-	34	92	9,2
Капуста белокочанная	199	15	130	30	53	-	169	48	196	-	839	83,9
Лук зеленый	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0,4
Лук репчатый	8	19	40	40	12	18	53	20	18	32	259	25,9
Морковь(01.09-31.12)	8	157	57	53	13	123	58	151	13	66	697	69,7
Морковь(01.01-31.08)	8	171	62	57	14	133	63	164	14	72	758	75,8
Огурец	12	-	-	-	-	-	-	8	-	-	19	1,9
Петрушка (корень)	0	1	-	-	0	-	-	2	0	-	4	0,4
Репка	-	-	-	24	-	-	-	24	-	-	48	4,8
Свекла(01.09-31.12)	-	30	-	36	-	28	-	-	28	-	122	12,2
Свекла(01.01-31.08)	-	33	-	39	-	31	-	-	31	-	133	13,3
Томатное пюре	1	5	5	7	1	7	-	-	7	7	40	4,0
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	8	-	8	-	-	-	8	23	2,3
Апельсин	-	-	-	11	-	-	-	-	11	-	22	2,2
Банан	70	-	-	100	-	-	-	70	-	-	240	24,0
Черника	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	16	1,6
Смородина черная	-	-	19	-	-	-	19	-	-	-	39	3,9
Малина	-	10	-	-	-	5	-	10	-	-	24	2,4
Вишня	32	-	15	-	-	5	-	-	-	-	52	5,2
Груша	-	-	70	8	-	70	-	-	8	70	227	22,7
Лимон	-	6	-	-	-	-	6	-	-	-	11	1,1
Мандарин	-	70	-	-	70	-	70	-	70	-	280	28,0
Яблоко	-	70	60	-	109	75	67	-	70	39	490	49,0
Фруктовое пюре	80	-	-	80	-	-	-	80	-	-	240	24,0

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Брусника	16	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	1,6
Клюква	-	-	-	16	10	-	-	16	-	-	42	4,2
Чернослив	-	8	-	-	-	20	-	-	-	-	28	2,8
Смесь сухофруктов	-	-	-	-	-	-	20	-	20	-	40	4,0
Курага	-	16	-	-	-	3	-	-	3	-	22	2,3
Изюм	-	-	15	-	15	3	6	-	3	-	43	4,3
Сок морковный	-	-	-	-	180	-	-	-	-	180	360	36,0
Сок виноградный	-	180	-	-	-	-	-	180	-	-	360	36,0
Сок абрикосовый	-	-	-	-	-	-	-	150	-	-	150	15,0
Напиток тыквенный	-	-	150	-	-	150	-	-	-	-	300	30,0
Говядина 1 категории	49	-	120	-	-	-	47	58	90	47	412	41,2
Печень говяжья	-	-	-	46	-	-	-	-	-	-	46	4,6
Куриная грудка (филе)	61	-	-	-	-	-	51	-	-	61	173	17,3
Горбуша (филе)	-	-	-	-	62	-	-	-	62	-	123	12,3
Треска (филе)	-	46	-	-	-	46	-	-	-	-	92	9,2
Сухая молочная смесь, детская	16	-	-	16	-	-	16	-	-	16	64	6,4
Молоко	202	228	57	100	271	362	89	110	268	180	1868	186,8
Йогурт	-	-	-	160	-	-	-	-	150	-	310	31,0
Ряженка	-	-	150	-	-	-	-	-	-	-	150	15,0
Творог	-	34	-	45	102	45	68	34	-	-	328	32,8
Сметана	8	13	8	20	14	21	12	24	8	8	132	13,2
Масло сливочное	23	18	31	33	16	21	22	17	28	21	230	23,0
Масло подсолнечное	5	8	3	6	8	9	6	9	5	3	61	6,2
Яйцо куриное	31	87	7	10	30	11	40	85	15	11	328	32,8
Пудра рафинадная	-	-	1	-	-	-	-	-	-	-	1	0,1
Сахар-песок	24	26	28	17	18	24	27	24	17	17	222	22,2
Печенье	-	20	-	-	-	-	-	20	-	-	40	4,0
Вафли с фруктово-ягодными начинками	-	-	-	-	30	-	-	-	-	30	60	6,0
Мед пчелиный	-	-	-	-	8	-	-	-	8	-	15	1,5
Чай черный байховый	0,4	0,8	0,4	0,8	0,8	0,4	0,8	0,8	0,8	0,4	6,0	0,6
Какао-порошок	2,3	-	-	-	-	2,3	-	-	-	2,3	6,8	0,7
Дрожжи прессованные	0,8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,8	0,1
Крахмал картофельный	4,5	-	4,5	-	-	-	4,5	-	-	-	13,5	1,4

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Соль йодированная	2,7	2,1	1,9	2,3	2,2	2,0	2,2	1,7	2,4	1,7	21,2	2,1
Лавровый лист	0,0	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,5	0,1
Ванилин	0,0	-	-	0,0	0,0	0,0	0,0	-	0,0	-	0,1	0,0
Кислота лимонная	0,2	0,2	-	-	-	-	-	0,1	-	-	0,4	0,0
Натрий двууглекислый	-	-	0,1	-	-	0,3	-	-	0,3	-	0,7	0,1

Таблица 9

Основное меню для детей в возрасте 3-7 лет

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,5	17,9	134,2
Пром.	Фрукт (банан)**	70	1,1	0,4	14,7	66,2
54-21гн	Какао с молоком	200	3,4	2,6	11	81
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	515	13,3	7,9	63,4	377,3
	Второй завтрак					
Пром.	Йогурт	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Итого за Второй завтрак	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Обед					
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,5
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
54-49м	Фрикадельки из оленины	80	11,4	5,9	5,4	120,7
54-6хн	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
	Итого за Обед	765	26	20,3	91,6	653,4
	Полдник					
54-10в	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6
	Итого за полдник	260	5,7	4,2	50,7	263,5
	Ужин					
54-28г	Капуста тушеная с ламинарией	150	2,5	8,6	7,6	117,3
54-22м	Суфле из курицы	80	17,9	7,3	0,4	139,1
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,5	1,1	8,6	50,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Ужин	465	24,3	17,3	30,7	376
	Итого за день	2155	74,4	53,5	244,7	1757,4
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	5	1,2	1,5	0	17,9
54-1о	Омлет натуральный	150	12,7	17,9	3,2	225,2
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	6,6	27,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	455	16,5	20	29,1	362,2
	Второй завтрак					
Пром.	Молоко	180	5,2	4,5	8,6	95,9
	Итого за Второй завтрак	180	5,2	4,5	8,6	95,9
	Обед					
54-17з	Салат из моркови и чернослива	60	0,9	0,2	12,9	56,8
54-2с	Борщ с капустой и картофелем	200	4,7	5,7	10,1	110,4

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	со сметаной					
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-10р	Тефтели рыбные (треска)	80	10,3	6,2	10,1	137,8
54-2соус	Соус белый основной	30	0,8	1,1	1,3	18,7
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	780	25,1	19,2	94,6	651,5
	Полдник					
Пром.	Сок морковный	200	2,2	0,2	25,2	111,4
Пром.	Печенье	40	3	3,9	29,8	166,3
	Итого за полдник	240	5,2	4,1	55	277,7
	Ужин					
54-3т	Суфле из моркови с творогом	200	15,3	9,2	31,1	268,3
Пром.	Фрукт (мандарин)**	70	0,6	0,1	5,3	24,5
54-7гн	Чай с малиной и сахаром	200	0,2	0,1	7,3	30,6
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Ужин	485	17,2	9,5	51,1	358,6
	Итого за день	2140	69,2	57,3	238,4	1745,9
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
54-10к	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	150	6,3	8,1	28,8	212,9
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0	6,4	26,1
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	470	10,3	8,8	63,1	372,2
	Второй завтрак					
Пром.	Напиток тыквенный	200	0,4	0	20,6	84
	Итого за Второй завтрак	200	0,4	0	20,6	84
	Обед					
54-3з	Овощи в нарезке (помидор)***	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-4с	Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-42м	Тефтели из оленины паровые	80	11,4	5,8	6,7	124,7
54-5хн	Компот из яблок и вишни	200	0,2	0,1	10,1	42,5
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	740	28,7	18,4	88,1	634,3
	Полдник					
54-14г	Пюре из моркови и яблок	100	0,6	0,2	5,6	26
54-23хн	Кисель из смородины	200	0,2	0,1	12,2	50,6
54-3в	Кекс "Здоровье"	50	2,5	9,9	23,3	192,4
	Итого за полдник	350	3,3	10,2	41,1	269
	Ужин					
54-10м	Капуста тушеная с мясом	150	16,5	16,5	10	254,6
54-5гн	Чай с облепихой и сахаром	200	0,2	0,6	7	34,3
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Ужин	385	19,1	17,4	31,1	358,3
	Итого за день	2145	61,8	54,8	244	1717,8
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	150	6,2	7,6	28,2	206,2
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,2	0,1	1,7	8,3
Пром.	Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	415	9,8	8,1	62,7	362,7
	Второй завтрак					
Пром.	Снежок	120	3,2	3	13	91,8
	Итого за Второй завтрак	120	3,2	3	13	91,8
	Обед					
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,7
54-22с	Суп картофельный с ламинарией и яйцом	200	1,5	6,3	9,5	100,3
54-9г	Рагу из овощей	150	2,9	7,5	13,6	133,3
54-26м	Печень тертая	80	11,4	18,1	4,8	227,4
54-12хн	Компот из клюквы	200	0,1	0	7	28,8
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Обед	740	20,2	35,2	59,3	633,6
	Полдник					
54-6т	Сырники	50	9,8	2,9	10,3	106,7
54-7соус	Соус шоколадный	20	1,1	0,9	8,4	46,5
Пром.	Йогурт	180	6,1	4,5	9,9	104,6
	Итого за полдник	250	17	8,3	28,6	257,8
	Ужин					
54-2г	Макаронные отварные с овощами	150	4,7	6,2	26,5	180,7
54-21гн	Какао с молоком	200	3,4	2,6	11	81
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Ужин	390	10,9	9,2	54	342,8
	Итого за день	1915	61,1	63,8	217,6	1688,7
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	150	6,1	6,9	29	202,7
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-11гн	Чай с медом	200	0,2	0	7,3	30,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Завтрак	470	10,1	7,8	63	362,1
	Второй завтрак					
Пром.	Молоко	180	5,2	4,5	8,6	95,9
	Итого за Второй завтрак	180	5,2	4,5	8,6	95,9
	Обед					
54-2з	Овощи в нарезке (огурец)***	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
54-6р	Суфле рыбное (горбуша)	80	17,1	9,5	3,4	167,4
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3	75,9
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Обед	755	31,1	22,8	75,5	631,1

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	Полдник					
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	50	1,4	1,7	38,7	175,1
Пром.	Сок морковный	200	2,2	0,2	25,2	111,4
	Итого за полдник	250	3,6	1,9	63,9	286,5
	Ужин					
54-4т	Пудинг из творога с яблоками	150	22,9	10,8	15,4	250,4
Пром.	Фрукт (мандарин)**	70	0,6	0,1	5,3	24,5
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0	6,8	28,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Ужин	450	25,8	11,2	39,9	363,9
	Итого за день	2105	75,8	48,2	250,9	1739,5
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-17к	Суп молочный с гречневой крупой	200	5,7	4,8	15,9	129,9
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-21гн	Какао с молоком	200	3,4	2,6	11	81
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Завтрак	525	15,7	12,4	50,6	377,6
	Второй завтрак					
Пром.	Напиток тыквенный	200	0,4	0	20,6	84
	Итого за Второй завтрак	200	0,4	0	20,6	84
	Обед					
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,1	3,2	10	73,4
54-3с	Рассольник Ленинградский	150	3,6	4,3	10,2	94,2
54-2г	Макароны отварные с овощами	150	4,7	6,2	26,5	180,7
54-11р	Тефтели рыбные (минтай)	80	10,3	6,4	10,1	139
54-2соус	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Обед	710	22,8	18	95,8	636,2
	Полдник					
54-10в	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
Пром.	Молоко	190	5,5	4,8	9,1	101,3
	Итого за полдник	250	10,2	8,8	39,6	278,2
	Ужин					
54-2т	Запеканка из творога с морковью	150	15,6	9,2	26,2	249,6
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-19гн	Чай фруктовый с вишней, малиной и яблоками	200	0,2	0,1	1,6	7,9
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Ужин	460	18,9	10	51,2	369,7
	Итого за день	2145	68	49,2	257,8	1745,7
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-4к	Каша вязкая молочная	150	5,3	6,6	35,7	223,6

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	кукурузная с изюмом					
Пром.	Фрукт (мандарин)**	70	0,6	0,1	5,3	24,5
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0	6,4	26,1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Завтрак	470	9,6	7,1	68,9	378,7
	Второй завтрак					
Пром.	Ряженка	180	5,2	4,5	7,6	91,6
	Итого за Второй завтрак	180	5,2	4,5	7,6	91,6
	Обед					
54-2з	Овощи в нарезке (огурец)***	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупка перловая)	200	5,1	5,8	10,8	115,6
54-26г	Картофельный пудинг	150	5,4	7,8	26,3	197,4
54-5м	Котлета из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
54-5хн	Компот из яблок и вишни	200	0,2	0,1	10,1	42,5
Пром.	Хлеб ржаной	45	3	0,5	15	76,9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Обед	760	30,8	17,7	88,5	637,7
	Полдник					
54-4т	Пудинг из творога с яблоками	100	15,3	7,2	10,2	166,9
Пром.	Сок вишневый	180	1,3	0,4	20,5	90,4
	Итого за полдник	280	16,6	7,6	30,7	257,3
	Ужин					
54-12г	Котлеты капустные	150	8,6	6,3	25,6	193,5
54-42м	Тефтели из оленины паровые	80	11,4	5,8	6,7	124,7
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	6,6	27,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Ужин	445	21,3	12,2	46,3	380,6
	Итого за день	2135	83,5	49,1	242	1745,9
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый	30	0,9	0,1	1,8	11,1
54-1о	Омлет натуральный	150	12,7	17,9	3,2	225,2
54-7гн	Чай с малиной и сахаром	200	0,2	0,1	7,3	30,6
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Завтрак	430	17,3	18,7	32,1	365
	Второй завтрак					
Пром.	Сок абрикосовый	180	0,9	0	22,9	95
	Итого за Второй завтрак	180	0,9	0	22,9	95
	Обед					
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	60	1,4	6,6	2,1	73,5
54-8с	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-9г	Рагу из овощей	150	2,9	7,5	13,6	133,3
54-4м	Котлеты из говядины	75	13,7	13	12,3	221,4
54-12хн	Компот из клюквы	200	0,1	0	7	28,8
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Обед	715	26,9	32	63,7	650,9
	Полдник					
Пром.	Печенье	40	3	3,9	29,8	166,3
Пром.	Сок морковный	200	2,2	0,2	25,2	111,4

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	Итого за полдник	240	5,2	4,1	55	277,7
	Ужин					
54-3т	Суфле из моркови с творогом	150	11,5	6,9	23,3	201,2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,5	1,1	8,6	50,2
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Ужин	400	16,6	8,4	53,4	355,9
	Итого за день	1965	66,9	63,2	227,1	1744,5
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	150	6,1	6,9	29	202,7
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-11гн	Чай с медом	200	0,2	0	7,3	30,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Завтрак	470	10,1	7,8	63	362,1
	Второй завтрак					
Пром.	Снежок	120	3,2	3	13	91,8
	Итого за Второй завтрак	120	3,2	3	13	91,8
	Обед					
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,1	3,2	10	73,4
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	180	4,2	5,1	5,1	83
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-бр	Суфле рыбное (горбуша)	80	17,1	9,5	3,4	167,4
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	730	29,5	25	76,5	649,1
	Полдник					
54-10в	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
Пром.	Молоко	190	5,5	4,8	9,1	101,3
	Итого за полдник	250	10,2	8,8	39,6	278,2
	Ужин					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-44м	Капуста тушеная с олениной	150	17,1	11,2	10	209,8
Пром.	Фрукт (мандарин)**	70	0,6	0,1	5,3	24,5
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,2	0,1	1,7	8,3
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Ужин	470	23,9	16,2	31,8	368,8
	Итого за день	2040	76,9	60,8	223,9	1750
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
54-19з	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,5	17,9	134,2
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-21гн	Какао с молоком	200	3,4	2,6	11	81
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	Итого за Завтрак	515	12	11,3	52,7	361,2
	Второй завтрак					
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6
	Итого за Второй завтрак	200	1	0,2	20,2	86,6
	Обед					
54-3з	Овощи в нарезке (помидор)***	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-22с	Суп картофельный с ламинарией и яйцом	200	1,5	6,3	9,5	100,3
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-8м	Тефтели из говядины паровые	80	10,9	9,5	6,7	156
54-10хн	Компот из черники	200	0,2	0,1	7,7	32,7
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Обед	740	25,1	22,7	83,6	640
	Полдник					
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	50	1,4	1,7	38,7	175,1
Пром.	Сок морковный	200	2,2	0,2	25,2	111,4
	Итого за полдник	250	3,6	1,9	63,9	286,5
	Ужин					
54-2г	Макароны отварные с овощами	150	4,7	6,2	26,5	180,7
54-22м	Суфле из курицы	80	17,9	7,3	0,4	139,1
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0	6,4	26,1
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Ужин	445	23,8	13,6	40,7	381,1
	Итого за день	2150	65,5	49,7	261,1	1755,4
	Средние показатели за Завтрак	473,5	12,47	10,99	54,86	368,11
	Средние показатели за Второй завтрак	171	2,98	2,35	14,34	90,38
	Средние показатели за Обед	743,5	26,62	23,13	81,72	641,78
	Средние показатели за полдник	262	8,06	5,99	46,81	273,24
	Средние показатели за Ужин	439,5	20,18	12,5	43,02	365,57
	Средние показатели за период	2089,5	70,3	55	240,8	1739,1

Примечание:

№ рецептуры* - номера рецептов из перечня блюд;

Фрукт** - допускается выдача иных фруктов;

Овощи в нарезке, горошек зеленый*** - допускается выдача иных овощей.

Таблица 10

Информация о пищевой, энергетической и витаминно-минеральной ценности меню

Показатели	Фактические значения по меню	Рекомендуемые значения на сутки	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Энергетическая ценность, ккал	1739,1	1800	96,6
Витамин С, мг	62,9	50	125,8
Витамин В1, мг	0,9	1,2	75
Витамин В2, мг	1,4	1	140
Витамин А, мкг рэ	555,9	500	111,2
Кальций, мг	959,4	900	106,6
Фосфор, мг	1110,4	800	138,8
Магний, мг	293,8	200	146,9
Железо, мг	15,5	10	155
Калий, мг	765	600	127,5
Йод, мкг	733,1	100	733,1
Селен, мкг	74,6	20	373

Таблица 11

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню завтраков по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ЗАВТРАК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	15	15	25	15	30	20	20	30	30	20	220	22
Хлеб пшеничный	30	15	25	30	20	20	30	20	20	20	230	23
Крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	16	-	-	-	-	16	1,6
Крупа кукурузная	-	-	-	-	-	-	41	-	-	-	41	4,07
Крупа овсяная	-	-	36	-	-	-	-	-	-	-	36	3,57
Крупа пшеничная	-	-	-	-	38	-	-	-	38	-	75	7,5
Крупа пшенная	-	-	-	38	-	-	-	-	-	-	38	3,75
Макаронные изделия в/с	16	-	-	-	-	-	-	-	-	16	32	3,2
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	-	-	-	-	47	-	-	47	4,65
Повидло яблочное	-	-	-	20	-	-	-	-	-	-	20	2
Апельсин	-	-	-	15	-	-	-	-	-	-	15	1,47
Банан	70	-	-	-	-	-	-	-	-	-	70	7
Груша	-	-	70	11	-	70	-	-	-	70	221	22,13
Лимон	-	7	-	-	-	-	-	-	-	-	7	0,75
Мандарин	-	-	-	-	-	-	70	-	-	-	70	7
Яблоко	-	70	-	-	70	-	-	-	70	-	210	21
Малина	-	-	-	-	-	-	-	13	-	-	13	1,28
Изюм	-	-	7	-	-	-	7	-	-	-	15	1,46
Молоко	240	58	71	78	80	240	71	58	80	240	1215	121,53
Сыр	-	5	-	-	-	16	-	-	-	-	21	2,08
Масло сливочное	2	12	7	8	8	2	7	12	8	7	71	7,08
Яйцо куриное	-	102	-	-	-	-	-	102	-	-	203	20,31
Сахар-песок	9	7	9	2	2	9	9	7	2	9	65	6,48
Мед пчелиный	-	-	-	-	10	-	-	-	10	-	20	2
Чай черный байховый	-	1	1	1	1	-	1	1	1	-	4	0,35
Какао-порошок	3	-	-	-	-	3	-	-	-	3	9	0,9
Соль йодированная	0,2	0,5	0,71	0,75	0,75	0,2	0,71	0,5	0,75	0,2	5,27	0,53

Таблица 12

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню вторых завтраков по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ВТОРОЙ ЗАВТРАК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Напиток тыквенный	-	-	200	-	-	200	-	-	-	-	400	40
Сок абрикосовый	-	-	-	-	-	-	-	180	-	-	180	18
Сок яблочный	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	200	20
Молоко	-	180	-	-	180	-	-	-	-	-	360	36
Йогурт	150	-	-	-	-	-	-	-	-	-	150	15
Ряженка	-	-	-	-	-	-	180	-	-	-	180	18
Снежок	-	-	-	120	-	-	-	-	120	-	240	24

Таблица 13

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню обедов по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	30	30	20	30	25	30	45	15	20	20	265	26,5
Хлеб пшеничный	57	41	40	20	20	20	39	29	20	40	328	32,76
Сухари панировочные	-	-	-	-	-	-	8	8	-	-	17	1,66
Мука пшеничная в/с	2	8	-	1	14	6	9	1	7	-	48	4,83
Крупа рисовая	54	-	-	-	-	10	-	-	-	-	64	6,35
Крупа перловая	-	-	-	-	-	-	8	-	-	-	8	0,8
Крупа гречневая ядрица	-	-	69	-	-	-	-	-	-	69	138	13,8
Горох	-	-	-	-	-	-	-	16	-	-	16	1,6
Макаронные изделия в/с	-	-	-	-	-	37	-	-	-	-	37	3,68
Картофель(01.09-31.10)	-	193	82	136	182	61	203	133	171	71	1232	123,15
Картофель(31.10-31.12)	-	206	87	145	194	65	216	142	183	75	1313	131,31
Картофель(31.12-28.02)	-	220	93	155	207	70	231	152	195	81	1404	140,36
Картофель(29.02-01.09)	-	239	101	168	224	76	250	165	212	87	1521	152,13

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Зелень сушеная	-	-	-	0	-	-	-	-	-	0	0	0,02
Огурец соленый	-	-	15	-	-	11	-	-	-	-	26	2,63
Укроп	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-	1	0,09
Томат	33	-	68	-	-	-	-	15	-	68	183	18,31
Свекла(01.09-31.12)	-	40	-	71	-	56	-	-	56	-	224	22,39
Свекла(01.01-31.08)	-	44	-	78	-	61	-	-	61	-	243	24,34
Репа	-	-	-	30	-	-	-	30	-	-	60	6
Петрушка (корень)	1	2	-	-	1	1	-	3	0	-	6	0,63
Огурец	24	-	-	-	68	-	68	15	-	-	174	17,43
Морковь(01.09-31.12)	10	69	10	35	10	34	10	40	9	5	232	23,16
Морковь(01.01-31.08)	11	75	11	38	11	37	11	44	10	5	252	25,19
Лук репчатый	10	25	43	47	10	26	31	25	9	38	264	26,41
Лук зеленый	8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	0,81
Капуста белокочанная	70	20	20	38	70	-	30	74	63	-	384	38,4
Томатное пюре	1	6	-	-	1	9	-	-	1	-	18	1,85
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	-	-	9	-	-	-	-	9	0,94
Черника	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	21	2,14
Клюква	-	-	-	21	-	-	-	21	-	-	43	4,28
Яблоко	-	-	25	-	-	-	25	-	-	-	49	4,92
Вишня	42	-	20	-	-	-	20	-	-	-	82	8,24
Чернослив	-	16	-	-	-	27	-	-	-	-	43	4,28
Смесь сухофруктов	-	-	-	-	-	-	-	-	27	-	27	2,68
Курага	-	21	-	-	-	6	-	-	6	-	34	3,42
Изюм	-	-	-	-	20	6	-	-	6	-	33	3,26
Говядина 1 категории	-	-	-	-	-	-	-	73	-	63	136	13,62
Оленина 1 категории	65	-	63	-	-	-	-	-	-	-	128	12,84
Печень говяжья	-	-	-	62	-	-	-	-	-	-	62	6,16
Куриная грудка (филе)	-	-	-	-	-	-	63	-	-	-	63	6,33
Ламинария листовая	-	-	-	2	-	1	-	-	-	2	4	0,39
Треска (филе)	-	61	-	-	-	-	-	-	-	-	61	6,1
Минтай (филе)	-	-	-	-	-	58	-	-	-	-	58	5,84
Горбуша (филе)	-	-	-	-	82	-	-	-	82	-	165	16,45
Молоко	-	24	-	-	93	-	13	17	72	-	219	21,92
Сметана	10	10	10	27	10	8	10	23	9	4	120	11,95
Масло сливочное	9	8	9	25	6	10	9	6	13	9	106	10,61

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Масло подсолнечное	7	10	4	13	9	9	6	14	7	6	85	8,49
Яйцо куриное	-	5	-	12	18	-	17	5	18	3	77	7,66
Сахар-песок	7	10	7	7	7	7	7	7	7	7	73	7,32
Соль йодированная	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	14	1,43
Лавровый лист	0,04	0,19	0,04	0,1	0,04	0,13	0,04	0,04	0,04	0,1	0,76	0,08
Кислота лимонная	0,2	0,2	-	-	-	-	-	0,1	-	-	0,5	0,05

Таблица 14

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню уплотненных полдников по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ПОЛДНИК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Сухари панировочные	-	-	-	-	-	-	4	-	-	-	4	0,4
Мука пшеничная в/с	41	-	12	3	-	41	-	-	41	-	137	13,7
Крупа манная	-	-	-	4	-	-	-	-	-	-	4	0,37
Морковь(01.09-31.12)	-	-	46	-	-	-	-	-	-	-	46	4,57
Морковь(01.01-31.08)	-	-	50	-	-	-	-	-	-	-	50	4,97
Яблоко	-	-	41	-	-	-	26	-	-	-	67	6,73
Смородина черная	-	-	26	-	-	-	-	-	-	-	26	2,57
Цукаты	-	-	8	-	-	-	-	-	-	-	8	0,82
Сок вишневый	-	-	-	-	-	-	180	-	-	-	180	18
Сок морковный	-	200	-	-	200	-	-	200	-	200	800	80
Сок яблочный	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	20
Молоко	-	-	-	-	-	190	-	-	190	-	380	38
Молоко сгущенное с сахаром	-	-	-	9	-	-	-	-	-	-	9	0,91
Йогурт	-	-	-	180	-	-	-	-	-	-	180	18
Сыворотка молочная	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-	2	0,2
Творог	-	-	-	45	-	-	68	-	-	-	113	11,3
Сметана	-	-	-	2	-	-	4	-	-	-	6	0,57
Масло сливочное	5	-	-	1	-	5	4	-	5	-	20	1,97
Масло подсолнечное	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-	10	0,99

Наименование пищевой продукции	ПОЛДНИК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Яйцо куриное	4	-	11	2	-	4	11	-	4	-	36	3,62
Сахар-песок	5	-	15	9	-	5	4	-	5	-	43	4,33
Вафли с фруктово-ягодными начинками	-	-	-	-	50	-	-	-	-	50	100	10
Печенье	-	40	-	-	-	-	-	40	-	-	80	8
Какао-порошок	-	-	-	2	-	-	-	-	-	-	2	0,2
Дрожжи прессованные	0,8	-	-	-	-	0,8	-	-	0,8	-	2,4	0,24
Крахмал картофельный	-	-	9,1	-	-	-	-	-	-	-	9,1	0,91
Соль йодированная	0,8	-	0,15	0,1	-	0,8	0,2	-	0,8	-	2,85	0,29
Ванилин	0,03	-	-	0,01	-	0,03	0,01	-	0,03	-	0,11	0,01
Натрий двууглекислый	-	-	0,38	-	-	-	-	-	-	-	0,38	0,04

Таблица 15

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню ужинов по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	УЖИН										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	20	-	20	20	15	20	-	20	15	-	130	13
Хлеб пшеничный	15	15	15	20	15	20	25	30	20	15	190	19,04
Сухари панировочные	-	7	-	-	6	4	-	6	-	-	23	2,28
Мука пшеничная в/с	-	-	1	-	-	-	12	-	1	-	14	1,44
Крупа манная	-	9	-	-	-	15	15	7	-	-	46	4,59
Макаронные изделия в/с	-	-	-	37	-	-	-	-	-	37	74	7,36
Томатная паста	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0,36
Укроп	-	-	-	1	-	-	-	-	-	1	2	0,18
Морковь(01.09-31.12)	5	159	5	26	-	118	-	119	5	26	464	46,36
Морковь(01.01-31.08)	5	173	5	29	-	128	-	130	5	29	504	50,42
Лук репчатый	6	-	10	-	-	-	33	-	10	-	59	5,94
Капуста белокочанная	160	-	143	-	-	-	200	-	143	-	647	64,69
Томатное пюре	-	-	6	9	-	-	-	-	6	9	30	3
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	9	-	-	-	-	-	9	19	1,88
Яблоко	-	-	-	-	39	77	-	-	-	-	116	11,58

Наименование пищевой продукции	УЖИН										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Мандарин	-	70	-	-	70	-	-	-	70	-	210	21
Лимон	-	-	-	-	-	-	7	-	-	-	7	0,75
Груша	-	-	-	-	-	-	-	-	11	-	11	1,13
Вишня	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	6	0,64
Апельсин	-	-	-	-	-	-	-	-	15	-	15	1,47
Клюква	-	-	-	-	13	-	-	-	-	-	13	1,28
Малина	-	13	-	-	-	6	-	-	-	-	19	1,93
Облепиха	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	13	1,28
Говядина 1 категории	-	-	90	-	-	-	-	-	-	-	90	9,04
Оленина 1 категории	-	-	-	-	-	-	63	-	90	-	154	15,37
Куриная грудка (филе)	82	-	-	-	-	-	-	-	-	82	164	16,36
Ламинария листовая	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	0,12
Молоко	50	27	-	100	-	23	30	71	-	-	301	30,08
Творог	-	45	-	-	102	56	-	34	-	-	238	23,76
Сыр	-	-	-	-	-	-	-	-	16	-	16	1,56
Сметана	-	7	-	-	6	4	-	6	-	-	23	2,28
Масло сливочное	7	5	8	9	6	8	7	4	8	16	78	7,8
Масло подсолнечное	10	-	0	-	-	-	-	-	0	-	10	1,04
Яйцо куриное	15	20	-	-	17	7	22	15	-	15	109	10,91
Сахар-песок	7	18	10	7	13	6	7	15	3	7	93	9,31
Чай черный байховый	0,5	0,5	0,5	-	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	4,5	0,45
Какао-порошок	-	-	-	3	-	-	-	-	-	-	3	0,3
Соль йодированная	1,0	0,5	0,6	0,5	0,3	0,4	0,7	0,4	0,6	0,9	5,97	0,6
Лавровый лист	0,02	-	0,08	-	-	-	-	-	0,08	-	0,18	0,02
Ванилин	-	-	-	-	0,02	-	-	-	-	-	0,02	0

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	65	45	65	65	70	70	65	65	65	40	615	61,5
Сухари панировочные	-	7	-	-	6	4	12	14	-	-	43	4,34
Хлеб пшеничный	102	71	80	70	55	60	95	79	60	75	748	74,8
Мука пшеничная в/с	43	8	13	4	14	46	21	1	48	-	200	19,97
Горох	-	-	-	-	-	-	-	16	-	-	16	1,6
Крупа гречневая ядрица	-	-	69	-	-	16	-	-	-	69	154	15,4
Крупа кукурузная	-	-	-	-	-	-	41	-	-	-	41	4,07
Крупа манная	-	9	-	4	-	15	15	7	-	-	50	4,96
Крупа овсяная	-	-	36	-	-	-	-	-	-	-	36	3,57
Крупа перловая	-	-	-	-	-	-	8	-	-	-	8	0,8
Крупа пшеничная	-	-	-	-	38	-	-	-	38	-	75	7,5
Крупа рисовая	54	-	-	-	-	10	-	-	-	-	64	6,35
Крупа пшеничная	-	-	-	38	-	-	-	-	-	-	38	3,75
Макаронные изделия в/с	16	-	-	37	-	37	-	-	-	53	142	14,24
Картофель(01.09-31.10)	-	193	82	136	182	61	203	133	171	71	1232	123,15
Картофель(31.10-31.12)	-	206	87	145	194	65	216	142	183	75	1313	131,31
Картофель(31.12-28.02)	-	220	93	155	207	70	231	152	195	81	1404	140,36
Картофель(29.02-01.09)	-	239	101	168	224	76	250	165	212	87	1521	152,13
Укроп	-	-	-	1	-	1	-	-	-	1	3	0,27
Огурец соленый	-	-	15	-	-	11	-	-	-	-	26	2,63
Томатная паста	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0,36
Зелень сушеная	-	-	-	0	-	-	-	-	-	0	0	0,02
Томатное пюре	1	6	6	9	1	9	-	-	7	9	48	4,85
Капуста белокочанная	230	20	163	38	70	-	230	74	206	-	1031	103,09
Лук зеленый	8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	0,81
Лук репчатый	16	25	53	47	10	26	64	25	19	38	324	32,35
Морковь(01.09-31.12)	15	228	61	61	10	151	10	159	14	31	741	74,07
Морковь(01.01-31.08)	16	248	66	67	11	165	11	173	15	34	806	80,58
Огурец	24	-	-	-	68	-	68	15	-	-	174	17,43

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Петрушка (корень)	1	2	-	-	1	1	-	3	0	-	6	0,63
Репа	-	-	-	30	-	-	-	30	-	-	60	6
Свекла(01.09-31.12)	-	40	-	71	-	56	-	-	56	-	224	22,39
Свекла(01.01-31.08)	-	44	-	78	-	61	-	-	61	-	243	24,34
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	9	-	9	-	47	-	9	75	7,46
Томат	33	-	68	-	-	-	-	15	-	68	183	18,31
Повидло яблочное	-	-	-	20	-	-	-	-	-	-	20	2
Черника	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	21	2,14
Смородина черная	-	-	26	-	-	-	-	-	-	-	26	2,57
Облепиха	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	13	1,28
Апельсин	-	-	-	15	-	-	-	-	15	-	29	2,94
Банан	70	-	-	-	-	-	-	-	-	-	70	7
Вишня	42	-	20	-	-	6	20	-	-	-	89	8,88
Груша	-	-	70	11	-	70	-	-	11	70	233	23,26
Лимон	-	7	-	-	-	-	7	-	-	-	15	1,5
Мандарин	-	70	-	-	70	-	70	-	70	-	280	28
Яблоко	-	70	66	-	109	77	51	-	70	-	442	44,23
Клюква	-	-	-	21	13	-	-	21	-	-	56	5,56
Малина	-	13	-	-	-	6	-	13	-	-	32	3,21
Чернослив	-	16	-	-	-	27	-	-	-	-	43	4,28
Смесь сухофруктов	-	-	-	-	-	-	-	-	27	-	27	2,68
Курага	-	21	-	-	-	6	-	-	6	-	34	3,42
Изюм	-	-	7	-	20	6	7	-	6	-	47	4,72
Цукаты	-	-	8	-	-	-	-	-	-	-	8	0,82
Сок яблочный	200	-	-	-	-	-	-	-	-	200	400	40
Сок морковный	-	200	-	-	200	-	-	200	-	200	800	80
Сок абрикосовый	-	-	-	-	-	-	-	180	-	-	180	18
Сок вишневый	-	-	-	-	-	-	180	-	-	-	180	18
Напиток тыквенный	-	-	200	-	-	200	-	-	-	-	400	40
Говядина 1 категории	-	-	90	-	-	-	-	73	-	63	227	22,66
Оленина 1 категории	65	-	63	-	-	-	63	-	90	-	282	28,21
Печень говяжья	-	-	-	62	-	-	-	-	-	-	62	6,16
Куриная грудка (филе)	82	-	-	-	-	-	63	-	-	82	227	22,69
Горбуша (филе)	-	-	-	-	82	-	-	-	82	-	165	16,45
Минтай (филе)	-	-	-	-	-	58	-	-	-	-	58	5,84

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Треска (филе)	-	61	-	-	-	-	-	-	-	-	61	6,1
Ламинария листовая	1	-	-	2	-	1	-	-	-	2	5	0,51
Молоко сгущенное с сахаром	-	-	-	9	-	-	-	-	-	-	9	0,91
Молоко	290	289	71	178	353	453	114	146	342	240	2475	247,53
Сыворотка молочная	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-	2	0,2
Йогурт	150	-	-	180	-	-	-	-	-	-	330	33
Ряженка	-	-	-	-	-	-	180	-	-	-	180	18
Снежок	-	-	-	120	-	-	-	-	120	-	240	24
Творог	-	45	-	45	102	56	68	34	-	-	351	35,06
Сыр	-	5	-	-	-	16	-	-	16	-	36	3,64
Сметана	10	17	10	28	16	12	14	28	9	4	148	14,8
Масло сливочное	23	25	24	42	20	25	28	22	33	32	275	27,46
Масло подсолнечное	17	10	14	13	9	9	6	14	8	6	105	10,51
Яйцо куриное	19	127	11	13	34	11	50	122	22	17	425	42,49
Сахар-песок	28	35	41	25	22	27	27	29	17	23	274	27,45
Печенье	-	40	-	-	-	-	-	40	-	-	80	8
Вафли с фруктово-ягодными начинками	-	-	-	-	50	-	-	-	-	50	100	10
Мед пчелиный	-	-	-	-	10	-	-	-	10	-	20	2
Чай черный байховый	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	8	0,8
Какао-порошок	3	-	-	5	-	3	-	-	-	3	14	1,4
Дрожжи прессованные	1	-	-	-	-	1	-	-	1	-	2	0,24
Крахмал картофельный	-	-	9	-	-	-	-	-	-	-	9	0,91
Соль йодированная	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	28	2,84
Лавровый лист	0,06	0,19	0,12	0,1	0,04	0,13	0,04	0,04	0,11	0,1	0,93	0,09
Ванилин	0,03	-	-	0,01	0,02	0,03	0,01	-	0,03	-	0,13	0,01
Кислота лимонная	0,2	0,2	-	-	-	-	-	0,1	-	-	0,5	0,05
Натрий двууглекислый	-	-	0,38	-	-	-	-	-	-	-	0,38	0,04

МЕНЮ ЧЕТЫРЕХРАЗОВОЕ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Таблица 1

Основное меню для детей в возрасте 1-3 года

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,1	3,4	13,4	100,7
Пром.	Фрукт (банан)**	70	1,1	0,4	14,7	66,2
54-21гн	Какао с молоком	150	2,6	1,9	8,3	60,8
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	400	9,9	6	48,8	288,5
	Второй завтрак					
54-45гн	Смесь молочная детская	100	1,7	3,5	8	70,6
	Итого за Второй завтрак	100	1,7	3,5	8	70,6
	Обед					
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,3	1,5	0,9	18,7
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,5	4,2	4,3	69,2
54-6г	Рис отварной	120	2,9	3,9	29,2	162,8
54-14м	Фрикадельки из говядины	60	8,2	7,3	4,1	114,7
54-6хн	Компот из вишни	150	0,2	0,1	7,7	32,1
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Обед	545	17,5	17,3	60,3	466,9
	Уплотненный полдник					
54-12г	Котлеты капустные	110	6,3	4,6	18,8	141,9
54-22м	Суфле из курицы	60	13,4	5,5	0,3	104,3
54-1гн	Чай без сахара	150	0,1	0	0	0,5
54-10в	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
	Итого за Уплотненный полдник	380	24,5	14,1	49,6	423,6
	Итого за день	1425	53,6	40,9	166,7	1249,6
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1о	Омлет натуральный	100	8,5	12	2,2	150,1
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	150	0,1	0	4,9	20,4
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	350	11	12,6	26,4	262,4
	Второй завтрак					

Пром.	Молоко	150	4,4	3,8	7,2	80
	Итого за Второй завтрак	150	4,4	3,8	7,2	80
	Обед					
54-17з	Салат из моркови и чернослива	30	0,5	0,1	6,5	28,4
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	3,5	4,3	7,6	82,8
54-11г	Картофельное пюре	120	2,5	4,2	15,9	111,5
54-10р	Тефтели рыбные (треска)	60	7,7	4,7	7,6	103,4
54-2соус	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-2хн	Компот из кураги	150	0,7	0	11,7	50,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	570	18,2	14,5	66,7	469,9
	Уплотненный полдник					
54-3т	Суфле из моркови с творогом	120	9,2	5,5	18,7	161
Пром.	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,9	23,4
Пром.	Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	3,3	17,1
Пром.	Сок виноградный	180	0,5	0,4	29,3	122,8
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2
	Итого за Уплотненный полдник	340	12,7	8,1	71,1	407,5
	Итого за день	1410	46,3	39	171,4	1219,8
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
54-10к	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	120	5	6,5	23	170,3
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-2гн	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Завтрак	370	7,5	7	47,4	282,6
	Второй завтрак					
Пром.	Напиток тыквенный	150	0,3	0	15,5	63
	Итого за Второй завтрак	150	0,3	0	15,5	63
	Обед					
54-3з	Овощи в нарезке (помидор)***	30	0,3	0,1	1,1	6,4
54-4с	Рассольник домашний	150	3,4	4,3	8,7	87,1
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,6	5,1	28,7	187
54-8м	Тефтели из говядины паровые	60	8,2	7,2	5	117
54-5хн	Компот из яблок и вишни	150	0,2	0,1	7,6	31,9
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	545	21,1	17,1	65,2	498,8
	Уплотненный полдник					
54-10м	Капуста тушеная с мясом	120	13,2	13,2	8	203,7
54-23хн	Кисель из смородины	150	0,2	0,1	9,2	37,9
54-4в	Кекс "Столичный"	50	2,7	8,3	24	181,8
Пром.	Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	3,3	17,1
	Итого за Уплотненный полдник	330	16,8	21,7	44,5	440,5
	Итого за день	1395	45,7	45,8	172,6	1284,9
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	120	5	6,1	22,6	164,9
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	150	0,2	0	1,3	6,2

Пром.	Фруктовое пюре	80	0	0	12	48
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	380	7,3	6,4	48,3	279,9
	Второй завтрак					
54-45гн	Смесь молочная детская	100	1,7	3,5	8	70,6
	Итого за Второй завтрак	100	1,7	3,5	8	70,6
	Обед					
54-13з	Салат из свеклы отварной	30	0,4	1,3	2,3	22,8
54-6с	Суп картофельный с клецками	150	3,5	2,5	8,5	70,2
54-9г	Рагу из овощей	120	2,3	6	10,9	106,7
54-26м	Печень тертая	60	8,5	13,6	3,6	170,6
54-12хн	Компот из клюквы	150	0,1	0	5,3	21,6
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	550	17,6	23,8	47,1	473
	Уплотненный полдник					
54-6т	Сырники	50	9,8	2,9	10,3	106,7
54-2г	Макароны отварные с овощами	120	3,8	5	21,2	144,6
Пром.	Фрукт (банан)**	70	1,1	0,4	14,7	66,2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	150	1,1	0,8	6,4	37,7
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Уплотненный полдник	420	17,9	9,4	65	416
	Итого за день	1450	44,5	43,1	168,4	1239,5
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	120	4,9	5,5	23,2	162,2
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-11гн	Чай с медом	150	0,1	0	5,5	22,7
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	370	7,4	6,1	48	276,8
	Второй завтрак					
Пром.	Молоко	150	4,4	3,8	7,2	80
	Итого за Второй завтрак	150	4,4	3,8	7,2	80
	Обед					
54-2з	Овощи в нарезке (огурец)***	30	2,9	1,6	10	65,8
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,5	4,2	4,3	69,2
54-10г	Картофель отварной в молоке	120	3,6	4,4	21,2	138,9
54-6р	Суфле рыбное (горбуша)	60	12,8	7,1	2,6	125,6
54-4хн	Компот из изюма	150	0,3	0,1	13,7	56,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Обед	550	25,9	17,8	68,3	537,5
	Уплотненный полдник					
54-4т	Пудинг из творога с яблоками	120	18,3	8,7	12,3	200,3
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	15	0,4	0,5	11,6	52,5
Пром.	Сок морковный	180	2	0,2	22,7	100,3
Пром.	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,9	23,4
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6

	Итого за Уплотненный полдник	340	22,5	9,7	56,5	402,1
	Итого за день	1410	60,2	37,4	180	1296,4
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-17к	Суп молочный с гречневой крупой	150	4,3	3,6	11,9	97,4
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-21гн	Какао с молоком	150	2,6	1,9	8,3	60,8
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	400	9,3	6	39,8	250,9
	Второй завтрак					
Пром.	Напиток тыквенный	150	0,3	0	15,5	63
	Итого за Второй завтрак	150	0,3	0	15,5	63
	Обед					
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	30	0,5	1,6	5	36,7
54-3с	Рассольник Ленинградский	150	3,6	4,3	10,2	94,2
54-2г	Макароны отварные с овощами	120	3,8	5	21,2	144,6
54-10р	Тефтели рыбные (треска)	60	7,7	4,7	7,6	103,4
54-3хн	Компот из чернослива	150	0,4	0,1	14,6	61
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Обед	540	18,1	16	71	500,7
	Уплотненный полдник					
54-2т	Запеканка из творога с морковью	120	12,5	7,3	21	199,7
54-1соус	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,7	18,6
54-19гн	Чай фруктовый с вишней, малиной и яблоками	150	0,2	0,1	1,2	6
54-2в	Коржик молочный	40	2,7	3,9	20,9	130
Пром.	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,9	23,4
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Уплотненный полдник	355	17,5	13,2	53,7	403,3
	Итого за день	1445	45,2	35,2	180	1217,9
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-4к	Каша вязкая молочная кукурузная с изюмом	120	4,3	5,3	28,6	178,9
Пром.	Фрукт (мандарин)**	70	0,6	0,1	5,3	24,5
54-2гн	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Завтрак	370	7,1	5,7	51,1	283,8
	Второй завтрак					
54-45гн	Смесь молочная детская	100	1,7	3,5	8	70,6
	Итого за Второй завтрак	100	1,7	3,5	8	70,6
	Обед					
54-2з	Овощи в нарезке (огурец)***	30	2,9	1,6	10	65,8
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	150	3,8	4,3	8,1	86,7
54-26г	Картофельный пудинг	120	4,3	6,3	21	158
54-5м	Котлета из курицы	60	11,5	2,6	8	101,2

54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	0,4	0	14,8	60,7
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Обед	540	25	15,1	74,3	533,2
	Уплотненный полдник					
54-12г	Котлеты капустные	110	6,3	4,6	18,8	141,9
54-8м	Тефтели из говядины паровые	60	8,2	7,2	5	117
Пром.	Фрукт (банан)**	70	1,1	0,4	14,7	66,2
54-23хн	Кисель из смородины	150	0,2	0,1	9,2	37,9
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Уплотненный полдник	420	17,9	12,6	60,1	423,8
	Итого за день	1430	51,7	36,9	193,5	1311,4
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1о	Омлет натуральный	100	8,5	12	2,2	150,1
54-7гн	Чай с малиной и сахаром	150	0,1	0,1	5,5	22,9
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
Пром.	Фруктовое пюре	80	0	0	12	48
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Завтрак	360	10,7	12,4	32,1	281,8
	Второй завтрак					
Пром.	Сок абрикосовый	150	0,8	0	19,1	79,2
	Итого за Второй завтрак	150	0,8	0	19,1	79,2
	Обед					
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	30	0,7	3,3	1,1	36,8
54-8с	Суп гороховый	150	5	3,4	12,2	99,9
54-9г	Рагу из овощей	120	2,3	6	10,9	106,7
54-4м	Котлеты из говядины	60	10,9	10,4	9,9	177,1
54-12хн	Компот из клюквы	150	0,1	0	5,3	21,6
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Обед	545	21,4	23,4	53,5	511,5
	Уплотненный полдник					
54-3т	Суфле из моркови с творогом	120	9,2	5,5	18,7	161
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Сок виноградный	180	0,5	0,4	29,3	122,8
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Уплотненный полдник	350	13,3	8,2	75,3	427,8
	Итого за день	1405	46,2	44	180	1300,3
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	120	4,9	5,5	23,2	162,2
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-11гн	Чай с медом	150	0,1	0	5,5	22,7
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	370	7,4	6,1	48	276,8
	Второй завтрак					
Пром.	Йогурт	150	5,1	3,8	8,3	87,2

	Итого за Второй завтрак	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Обед					
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	30	0,5	1,6	5	36,7
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,5	4,2	4,3	69,2
54-11г	Картофельное пюре	120	2,5	4,2	15,9	111,5
54-6р	Суфле рыбное (горбуша)	60	12,8	7,1	2,6	125,6
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	0,4	0	14,8	60,7
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Обед	545	22,1	17,4	56,7	473,1
	Уплотненный полдник					
54-10м	Капуста тушеная с мясом	120	13,2	13,2	8	203,7
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	150	0,2	0	1,3	6,2
54-2в	Коржик молочный	40	2,7	3,9	20,9	130
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Уплотненный полдник	340	18,2	17,4	42,6	400,7
	Итого за день	1405	52,8	44,7	155,6	1237,8
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,1	3,4	13,4	100,7
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-21гн	Какао с молоком	150	2,6	1,9	8,3	60,8
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Завтрак	400	9,1	5,8	41,3	254,2
	Второй завтрак					
54-45гн	Смесь молочная детская	100	1,7	3,5	8	70,6
	Итого за Второй завтрак	100	1,7	3,5	8	70,6
	Обед					
54-3з	Овощи в нарезке (помидор)***	30	0,3	0,1	1,1	6,4
54-3с	Рассольник Ленинградский	150	3,6	4,3	10,2	94,2
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,6	5,1	28,7	187
54-8м	Тефтели из говядины паровые	60	8,2	7,2	5	117
54-10хн	Компот из черники	150	0,2	0,1	5,8	24,6
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
	Итого за Обед	545	21,3	17,1	64,9	498,6
	Уплотненный полдник					
54-2г	Макароны отварные с овощами	120	3,8	5	21,2	144,6
54-22м	Суфле из курицы	60	13,4	5,5	0,3	104,3
54-2гн	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Уплотненный полдник	390	20,2	11,8	61,9	434,3
	Итого за день	1435	52,3	38,2	176,1	1257,7
	Средние показатели за Завтрак	377	8,67	7,41	43,12	273,77
	Средние показатели за Второй	130	2,21	2,54	10,48	73,48

	завтрак					
	Средние показатели за Обед	547,5	20,82	17,95	62,8	496,32
	Средние показатели за Уплотненный полдник	366,5	18,15	12,62	58,03	417,96
	Средние показатели за период	1421	49,9	40,5	174,4	1261,5
Примечание: № рецептуры* - номера рецептур из перечня блюд; Фрукт** - допускается выдача иных фруктов; Овощи в нарезке, горошек зеленый*** - допускается выдача иных овощей.						

Таблица 2

Информация о пищевой, энергетической и витаминно-минеральной ценности МЕНЮ

Показатели	Фактические значения по меню	Рекомендуемые значения на сутки	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Энергетическая ценность, ккал	1261,5	1400	90,1
Витамин С, мг	42,1	45	93,6
Витамин В1, мг	0,6	0,8	75
Витамин В2, мг	0,8	0,9	88,9
Витамин А, мкг рэ	353,1	450	78,5
Кальций, мг	603,4	800	75,4
Фосфор, мг	742,7	700	106,1
Магний, мг	208,8	80	261
Железо, мг	11,1	10	111
Калий, мг	390	400	97,5
Йод, мкг	142,4	70	203,4
Селен, мкг	54,2	1,5	3613,3

Таблица 3

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню завтраков по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ЗАВТРАК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	150	15
Хлеб пшеничный	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	150	15
Крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	12	1,2
Крупа кукурузная	-	-	-	-	-	-	33	-	-	-	33	3,26
Крупа овсяная	-	-	29	-	-	-	-	-	-	-	29	2,86
Крупа пшеничная	-	-	-	-	30	-	-	-	30	-	60	6
Крупа пшеничная	-	-	-	30	-	-	-	-	-	-	30	3
Макаронные изделия в/с	12	-	-	-	-	-	-	-	-	12	24	2,4
Апельсин	-	-	-	11	-	-	-	-	-	-	11	1,1
Банан	70	-	-	-	-	-	-	-	-	-	70	7
Груша	-	-	70	8	-	70	-	-	-	70	218	21,85
Лимон	-	6	-	-	-	-	-	-	-	-	6	0,56
Мандарин	-	-	-	-	-	-	70	-	-	-	70	7
Яблоко	-	70	-	-	70	-	-	-	70	-	210	21
Фруктовое пюре	-	-	-	80	-	-	-	80	-	-	160	16
Малина	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-	10	0,96
Изюм	-	-	6	-	-	-	6	-	-	-	12	1,17
Молоко	180	38	57	62	64	180	57	38	64	180	921	92,08
Масло сливочное	2	8	6	6	6	2	6	8	6	2	49	4,93
Яйцо куриное	-	68	-	-	-	-	-	68	-	-	135	13,54
Сахар-песок	6	5	7	2	2	6	7	5	2	6	49	4,92
Мед пчелиный	-	-	-	-	8	-	-	-	8	-	15	1,5
Чай черный байховый	-	0,4	0,4	0,4	0,4	-	0,4	0,4	0,4	-	3	0,27
Какао-порошок	2	-	-	-	-	2	-	-	-	2	7	0,68
Соль йодированная	0,15	0,33	0,57	0,6	0,6	0,15	0,57	0,33	0,6	0,15	4,05	0,41

Таблица 4

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню вторых завтраков по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ВТОРОЙ ЗАВТРАК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Напиток тыквенный	-	-	150	-	-	150	-	-	-	-	300	30
Сок абрикосовый	-	-	-	-	-	-	-	150	-	-	150	15
Молоко	-	150	-	-	150	-	-	-	-	-	300	30
Сухая молочная смесь, детская	16	-	-	16	-	-	16	-	-	16	64	6,4
Йогурт	-	-	-	-	-	-	-	-	150	-	150	15

Таблица 5

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню обедов по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	20	20	20	20	20	15	15	20	20	20	190	19
Хлеб пшеничный	24	28	23	20	20	23	22	26	15	23	225	22,52
Сухари панировочные	-	-	-	-	-	-	7	7	-	-	13	1,33
Мука пшеничная в/с	2	6	-	6	10	5	7	1	4	-	40	4
Крупа рисовая	43	-	-	-	-	3	-	-	-	3	49	4,92
Крупа перловая	-	-	-	-	-	-	6	-	-	-	6	0,6
Крупа гречневая ядрица	-	-	55	-	-	-	-	-	-	55	110	11,04
Горох	-	-	-	-	-	-	-	12	-	-	12	1,2
Макаронные изделия в/с	-	-	-	-	7	29	7	-	-	-	43	4,34
Картофель(01.09-31.10)	-	153	61	93	181	61	196	103	137	61	1047	104,7
Картофель(31.10-31.12)	-	164	65	99	193	65	209	110	146	65	1117	111,67
Картофель(31.12-28.02)	-	175	70	106	206	70	224	118	156	70	1193	119,33

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Картофель(29.02-01.09)	-	190	76	115	223	76	242	128	169	76	1293	129,34
Зелень сушеная	-	-	-	-	0	-	0	-	-	-	0	0,03
Огурец соленый	-	-	11	-	-	11	-	-	-	11	34	3,38
Укроп	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-	1	0,07
Томат	16	-	34	-	-	-	-	8	-	34	92	9,16
Свекла(01.09-31.12)	-	30	-	36	-	28	-	-	28	-	122	12,18
Свекла(01.01-31.08)	-	33	-	39	-	31	-	-	31	-	133	13,26
Репа	-	-	-	24	-	-	-	24	-	-	48	4,8
Петрушка (корень)	0	1	-	-	0	-	-	2	0	-	4	0,42
Огурец	12	-	-	-	-	-	-	8	-	-	19	1,94
Морковь(01.09-31.12)	8	38	8	32	13	29	13	32	8	8	184	18,42
Морковь(01.01-31.08)	8	41	8	34	14	31	14	34	8	8	201	20,06
Лук репчатый	8	19	32	40	12	18	29	20	8	32	216	21,59
Лук зеленый	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0,41
Капуста белокочанная	53	15	15	30	53	-	23	48	53	-	288	28,8
Томатное пюре	1	5	-	-	1	7	-	-	1	-	14	1,44
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	-	-	8	-	-	-	-	8	0,75
Черника	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	16	1,61
Клюква	-	-	-	16	-	-	-	16	-	-	32	3,21
Яблоко	-	-	18	-	-	-	-	-	-	-	18	1,85
Вишня	32	-	15	-	-	-	-	-	-	-	47	4,68
Чернослив	-	8	-	-	-	20	-	-	-	-	28	2,81
Смесь сухофруктов	-	-	-	-	-	-	20	-	20	-	40	4,01
Курага	-	16	-	-	-	3	-	-	3	-	22	2,25
Изюм	-	-	-	-	15	3	-	-	3	-	21	2,14
Говядина I категории	49	-	47	-	-	-	-	58	-	47	202	20,21
Печень говяжья	-	-	-	46	-	-	-	-	-	-	46	4,62
Куриная грудка (филе)	-	-	-	-	-	-	51	-	-	-	51	5,06
Треска (филе)	-	46	-	-	-	46	-	-	-	-	92	9,15
Горбуша (филе)	-	-	-	-	62	-	-	-	62	-	123	12,34
Молоко	-	19	-	-	57	-	10	14	40	-	141	14,06
Сметана	8	8	8	18	8	8	8	18	8	8	96	9,6
Масло сливочное	7	6	7	19	4	7	7	5	9	7	80	7,98
Масло подсолнечное	5	8	3	6	8	9	6	9	5	3	61	6,08
Яйцо куриное	-	4	-	8	13	4	13	3	13	-	58	5,82

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Сахар-песок	5	7	5	5	5	5	5	5	5	5	55	5,46
Соль йодированная	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1,11
Лавровый лист	0,03	0,13	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,4	0,04
Кислота лимонная	0,15	0,15	-	-	-	-	-	0,05	-	-	0,35	0,04

Таблица 6

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню уплотненных полдников по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	-	10	10	15	15	15	15	15	15	15	125	12,5
Хлеб пшеничный	-	10	-	15	10	10	23	15	15	15	113	11,3
Сухари панировочные	-	4	-	-	5	3	-	4	-	-	17	1,7
Мука пшеничная в/с	49	-	17	3	-	23	9	-	23	-	125	12,5
Крупа манная	11	5	-	4	-	12	11	5	-	-	49	4,9
Макаронные изделия в/с	-	-	-	29	-	-	-	-	-	29	59	5,9
Укроп	-	-	-	1	-	-	-	-	-	1	1	0,1
Морковь(01.09-31.12)	-	96	4	21	-	94	-	96	4	21	335	33,5
Морковь(01.01-31.08)	-	104	4	23	-	102	-	104	4	23	364	36,4
Лук репчатый	-	-	8	-	-	-	25	-	8	-	41	4,1
Капуста белокочанная	147	-	115	-	-	-	147	-	115	-	523	52,3
Томатное пюре	-	-	5	7	-	-	-	-	5	7	24	2,4
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	8	-	-	-	-	-	8	15	1,5
Апельсин	-	-	-	-	-	-	-	-	11	-	11	1,1
Банан	-	-	-	70	-	-	70	-	-	-	140	14,0
Вишня	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	5	0,5
Груша	-	-	-	-	-	-	-	-	8	-	8	0,9
Смородина черная	-	-	19	-	-	-	19	-	-	-	39	3,9
Малина	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	5	0,5
Яблоко	-	-	-	-	31	5	-	-	-	-	36	3,6
Изюм	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-	10	1,0
Сок морковный	-	-	-	-	180	-	-	-	-	-	180	18,0

Наименование пищевой продукции	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Сок виноградный	-	180	-	-	-	-	-	180	-	-	360	36,0
Говядина I категории	-	-	72	-	-	-	47	-	72	-	192	19,2
Куриная грудка (филе)	61	-	-	-	-	-	-	-	-	61	123	12,3
Молоко	22	16	-	38	-	22	22	16	4	-	141	14,1
Творог	-	27	-	45	82	45	-	27	-	-	226	22,6
Сметана	-	4	-	2	5	13	-	4	-	-	29	2,9
Масло сливочное	14	3	18	8	5	12	5	3	11	13	92	9,2
Масло подсолнечное	-	-	0	-	-	-	-	-	0	-	1	0,1
Яйцо куриное	31	12	7	2	13	7	16	12	2	11	114	11,4
Сахар-песок	5	7	16	10	5	12	5	7	9	5	81	8,1
Пудра рафинадная	-	-	0,53	-	-	-	-	-	-	-	0,53	0,1
Печенье	-	20	-	-	-	-	-	20	-	-	40	4,0
Вафли с фруктово-ягодными начинками	-	-	-	-	15	-	-	-	-	30	45	4,5
Чай черный байховый	0,38	-	-	0,38	-	0,38	-	-	0,38	0,38	1,9	0,2
Дрожжи прессованные	0,8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,8	0,1
Крахмал картофельный	-	-	4,5	-	-	-	4,5	-	-	-	9	0,9
Соль йодированная	1,49	0,32	0,53	0,5	0,24	0,33	0,55	0,32	0,48	0,73	5,49	0,6
Лавровый лист	-	-	0,06	-	-	-	-	-	0,06	-	0,12	0,0
Натрий двууглекислый	-	-	0,05	-	-	0,3	-	-	0,3	-	0,65	0,1
Ванилин	0,03	-	-	0,01	0,02	0,01	-	-	0,01	-	0,08	0,0

Таблица 7

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	35	45	45	50	50	45	45	50	50	50	465	46,5
Хлеб пшеничный	39	53	38	50	45	48	60	56	45	53	488	48,8
Сухари панировочные	-	4	-	-	5	3	7	11	-	-	30	3,0
Мука пшеничная в/с	51	6	17	9	10	28	16	1	27	-	165	16,5
Крупа пшеничная	-	-	-	-	30	-	-	-	30	-	60	6,0

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Крупа перловая	-	-	-	-	-	-	6	-	-	-	6	0,6
Крупа овсяная	-	-	29	-	-	-	-	-	-	-	29	2,9
Крупа манная	11	5	-	4	-	12	11	5	-	-	49	4,9
Крупа кукурузная	-	-	-	-	-	-	33	-	-	-	33	3,3
Крупа гречневая ядрица	-	-	55	-	-	12	-	-	-	55	122	12,2
Горох	-	-	-	-	-	-	-	12	-	-	12	1,2
Крупа рисовая	43	-	-	-	-	3	-	-	-	3	49	4,9
Крупа пшеничная	-	-	-	30	-	-	-	-	-	-	30	3,0
Макаронные изделия в/с	12	-	-	29	7	29	7	-	-	41	126	12,6
Картофель(01.09-31.10)	-	153	61	93	181	61	196	103	137	61	1047	104,7
Картофель(31.10-31.12)	-	164	65	99	193	65	209	110	146	65	1117	111,7
Картофель(31.12-28.02)	-	175	70	106	206	70	224	118	156	70	1193	119,3
Картофель(29.02-01.09)	-	190	76	115	223	76	242	128	169	76	1293	129,3
Зелень сушеная	-	-	-	-	0	-	0	-	-	-	0	0,0
Огурец соленый	-	-	11	-	-	11	-	-	-	11	34	3,4
Укроп	-	-	-	1	-	1	-	-	-	1	2	0,2
Томат	16	-	34	-	-	-	-	8	-	34	92	9,2
Свекла(01.09-31.12)	-	30	-	36	-	28	-	-	28	-	122	12,2
Свекла(01.01-31.08)	-	33	-	39	-	31	-	-	31	-	133	13,3
Репка	-	-	-	24	-	-	-	24	-	-	48	4,8
Петрушка (корень)	0	1	-	-	0	-	-	2	0	-	4	0,4
Огурец	12	-	-	-	-	-	-	8	-	-	19	1,9
Морковь(01.09-31.12)	8	133	12	53	13	123	13	127	12	29	519	51,9
Морковь(01.01-31.08)	8	145	13	57	14	133	14	138	13	31	565	56,5
Лук репчатый	8	19	40	40	12	18	53	20	16	32	257	25,7
Лук зеленый	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0,4
Капуста белокочанная	199	15	130	30	53	-	169	48	167	-	811	81,1
Томатное пюре	1	5	5	7	1	7	-	-	6	7	38	3,8
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	8	-	8	-	-	-	8	23	2,3
Апельсин	-	-	-	11	-	-	-	-	11	-	22	2,2
Банан	70	-	-	70	-	-	70	-	-	-	210	21,0
Черника	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	16	1,6
Смородина черная	-	-	19	-	-	-	19	-	-	-	39	3,9
Малина	-	-	-	-	-	5	-	10	-	-	14	1,5
Клюква	-	-	-	16	-	-	-	16	-	-	32	3,2

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Фруктовое пюре	-	-	-	80	-	-	-	80	-	-	160	16,0
Яблоко	-	70	18	-	101	5	-	-	70	-	265	26,5
Мандарин	-	-	-	-	-	-	70	-	-	-	70	7,0
Лимон	-	6	-	-	-	-	-	-	-	-	6	0,6
Груша	-	-	70	8	-	70	-	-	8	70	227	22,7
Вишня	32	-	15	-	-	5	-	-	-	-	52	5,2
Изюм	-	-	15	-	15	3	6	-	3	-	43	4,3
Курага	-	16	-	-	-	3	-	-	3	-	22	2,3
Смесь сухофруктов	-	-	-	-	-	-	20	-	20	-	40	4,0
Чернослив	-	8	-	-	-	20	-	-	-	-	28	2,8
Сок морковный	-	-	-	-	180	-	-	-	-	-	180	18,0
Сок виноградный	-	180	-	-	-	-	-	180	-	-	360	36,0
Сок абрикосовый	-	-	-	-	-	-	-	150	-	-	150	15,0
Напиток тыквенный	-	-	150	-	-	150	-	-	-	-	300	30,0
Говядина 1 категории	49	-	120	-	-	-	47	58	72	47	394	39,4
Печень говяжья	-	-	-	46	-	-	-	-	-	-	46	4,6
Куриная грудка (филе)	61	-	-	-	-	-	51	-	-	61	173	17,3
Треска (филе)	-	46	-	-	-	46	-	-	-	-	92	9,2
Горбуша (филе)	-	-	-	-	62	-	-	-	62	-	123	12,3
Сухая молочная смесь, детская	16	-	-	16	-	-	16	-	-	16	64	6,4
Молоко	202	224	57	100	271	202	89	69	108	180	1502	150,2
Йогурт	-	-	-	-	-	-	-	-	150	-	150	15,0
Творог	-	27	-	45	82	45	-	27	-	-	226	22,6
Сметана	8	12	8	20	12	21	8	22	8	8	125	12,5
Масло сливочное	23	17	31	33	14	21	18	16	26	21	221	22,1
Масло подсолнечное	5	8	3	6	8	9	6	9	5	3	61	6,1
Яйцо куриное	31	84	7	10	26	11	29	82	15	11	308	30,8
Сахар-песок	17	19	28	17	12	24	17	17	16	17	185	18,5
Пудра рафинадная	-	-	1	-	-	-	-	-	-	-	1	0,1
Печенье	-	20	-	-	-	-	-	20	-	-	40	4,0
Вафли с фруктово-ягодными начинками	-	-	-	-	15	-	-	-	-	30	45	4,5
Мед пчелиный	-	-	-	-	7,5	-	-	-	7,5	-	15,0	1,5
Чай черный байховый	0,4	0,4	0,4	0,8	0,4	0,4	0,4	0,4	0,8	0,4	4,5	0,5

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Какао-порошок	2,3	-	-	-	-	2,3	-	-	-	2,3	6,8	0,7
Дрожжи прессованные	0,8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,8	0,1
Крахмал картофельный	-	-	4,5	-	-	-	4,5	-	-	-	9,0	0,9
Соль йодированная	2,7	2,0	1,9	2,3	2,1	2,0	2,0	1,6	2,3	1,7	20,6	2,1
Лавровый лист	0,0	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,5	0,1
Натрий двууглекислый	-	-	0,1	-	-	0,3	-	-	0,3	-	0,7	0,1
Кислота лимонная	0,2	0,2	-	-	-	-	-	0,1	-	-	0,4	0,0
Ванилин	0,0	-	-	0,0	0,0	0,0	-	-	0,0	-	0,1	0,0

Основное меню для детей в возрасте 3-7 лет

№ рецептуры*	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,5	17,9	134,2
Пром.	Фрукт (банан)**	70	1,1	0,4	14,7	66,2
54-21гн	Какао с молоком	200	3,4	2,6	11	81
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Завтрак	510	12,8	7,9	60,1	362,5
	Второй завтрак					
Пром.	Йогурт	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Итого за Второй завтрак	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Обед					
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,5
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
54-49м	Фрикадельки из оленины	80	11,4	5,9	5,4	120,7
54-6хн	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
	Итого за Обед	765	26	20,3	91,6	653,4
	Уплотненный полдник					
54-28г	Капуста тушеная с ламинарией	150	2,5	8,6	7,6	117,3
54-22м	Суфле из курицы	80	17,9	7,3	0,4	139,1
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,5	1,1	8,6	50,2
54-10в	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Уплотненный полдник	530	29,4	21,4	63,6	564,6
	Итого за день	1955	73,3	53,4	223,6	1667,7
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	5	1,2	1,5	0	17,9
54-1о	Омлет натуральный	150	12,7	17,9	3,2	225,2
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	6,6	27,2
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Завтрак	460	16,8	20	30,8	370,8
	Второй завтрак					
Пром.	Молоко	180	5,2	4,5	8,6	95,9
	Итого за Второй завтрак	180	5,2	4,5	8,6	95,9
	Обед					
54-17з	Салат из моркови и чернослива	60	0,9	0,2	12,9	56,8
54-2с	Борщ с капустой и картофелем	200	4,7	5,7	10,1	110,4

	со сметаной					
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-10р	Тефтели рыбные (треска)	80	10,3	6,2	10,1	137,8
54-2соус	Соус белый основной	30	0,8	1,1	1,3	18,7
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	770	24,4	19	91,3	634,5
	Уплотненный полдник					
54-3т	Суфле из моркови с творогом	150	11,5	6,9	23,3	201,2
Пром.	Печенье	40	3	3,9	29,8	166,3
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Сок морковный	200	2,2	0,2	25,2	111,4
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Уплотненный полдник	420	18,8	11,3	90,7	539,7
	Итого за день	1830	65,2	54,8	221,4	1640,9
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
54-10к	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	150	6,3	8,1	28,8	212,9
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0	6,4	26,1
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Завтрак	470	10,2	8,9	62,2	369
	Второй завтрак					
Пром.	Напиток тыквенный	200	0,4	0	20,6	84
	Итого за Второй завтрак	200	0,4	0	20,6	84
	Обед					
54-3з	Овощи в нарезке (помидор)****	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-4с	Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-42м	Тефтели из оленины паровые	80	11,4	5,8	6,7	124,7
54-5хн	Компот из яблок и вишни	200	0,2	0,1	10,1	42,5
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	740	28,7	18,4	88,1	634,3
	Уплотненный полдник					
54-10м	Капуста тушеная с мясом	150	16,5	16,5	10	254,6
54-23хн	Кисель из смородины	200	0,2	0,1	12,2	50,6
54-4в	Кекс "Столичный"	50	2,7	8,3	24	181,8
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Уплотненный полдник	430	21,4	25,3	56,2	538,2
	Итого за день	1840	60,7	52,6	227,1	1625,5
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	150	6,2	7,6	28,2	206,2
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,2	0,1	1,7	8,3
Пром.	Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Завтрак	420	10,1	8,1	64,4	371,3

	Второй завтрак					
Пром.	Снежок	120	3,2	3	13	91,8
	Итого за Второй завтрак	120	3,2	3	13	91,8
	Обед					
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,7
54-22с	Суп картофельный с ламинарией и яйцом	200	1,5	6,3	9,5	100,3
54-9г	Рагу из овощей	150	2,9	7,5	13,6	133,3
54-26м	Печень тертая	80	11,4	18,1	4,8	227,4
54-12хн	Компот из клюквы	200	0,1	0	7	28,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	740	20,3	35	61	640
	Уплотненный полдник					
54-6т	Сырники	50	9,8	2,9	10,3	106,7
54-2г	Макароны отварные с овощами	150	4,7	6,2	26,5	180,7
54-7соус	Соус шоколадный	20	1,1	0,9	8,4	46,5
Пром.	Фрукт (банан)**	70	1,1	0,4	14,7	66,2
54-21гн	Какао с молоком	200	3,4	2,6	11	81
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Уплотненный полдник	520	22,2	13,3	83,3	541,9
	Итого за день	1800	55,8	59,4	221,7	1645
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	150	6,1	6,9	29	202,7
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-11гн	Чай с медом	200	0,2	0	7,3	30,2
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	470	10,2	7,6	64,7	368,5
	Второй завтрак					
Пром.	Молоко	180	5,2	4,5	8,6	95,9
	Итого за Второй завтрак	180	5,2	4,5	8,6	95,9
	Обед					
54-2з	Овощи в нарезке (огурец)***	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
54-6р	Суфле рыбное (горбуша)	80	17,1	9,5	3,4	167,4
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3	75,9
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Обед	755	31,1	22,8	75,5	631,1
	Уплотненный полдник					
54-4т	Пудинг из творога с яблоками	150	22,9	10,8	15,4	250,4
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Сок морковный	200	2,2	0,2	25,2	111,4
Пром.	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Уплотненный	425	29	12,5	81,2	553,2

	полдник					
	Итого за день	1830	75,5	47,4	230	1648,7
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-17к	Суп молочный с гречневой крупой	200	5,7	4,8	15,9	129,9
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-21гн	Какао с молоком	200	3,4	2,6	11	81
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Завтрак	525	15,7	12,4	50,6	377,6
	Второй завтрак					
Пром.	Напиток тыквенный	200	0,4	0	20,6	84
	Итого за Второй завтрак	200	0,4	0	20,6	84
	Обед					
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,1	3,2	10	73,4
54-3с	Рассольник Ленинградский	150	3,6	4,3	10,2	94,2
54-2г	Макароны отварные с овощами	150	4,7	6,2	26,5	180,7
54-11р	Тефтели рыбные (минтай)	80	10,3	6,4	10,1	139
54-2соус	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Обед	700	22,1	17,8	92,5	619,2
	Уплотненный полдник					
54-2т	Запеканка из творога с морковью	150	15,6	9,2	26,2	249,6
54-1соус	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,7	18,6
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-19гн	Чай фруктовый с вишней, малиной и яблоками	200	0,2	0,1	1,6	7,9
54-2в	Коржик молочный	40	2,7	3,9	20,9	130
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Уплотненный полдник	530	22,7	15,5	77,8	541,7
	Итого за день	1955	60,9	45,7	241,5	1622,5
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-4к	Каша вязкая молочная кукурузная с изюмом	150	5,3	6,6	35,7	223,6
Пром.	Фрукт (мандарин)**	70	0,6	0,1	5,3	24,5
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0	6,4	26,1
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Завтрак	460	8,8	7,1	63,9	355,3
	Второй завтрак					
Пром.	Ряженка	180	5,2	4,5	7,6	91,6
	Итого за Второй завтрак	180	5,2	4,5	7,6	91,6
	Обед					
54-2з	Овощи в нарезке (огурец)***	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	5,1	5,8	10,8	115,6

54-26г	Картофельный пудинг	150	5,4	7,8	26,3	197,4
54-5м	Котлета из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
54-5хн	Компот из яблок и вишни	200	0,2	0,1	10,1	42,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Обед	745	29,8	17,6	83,5	612
	Уплотненный полдник					
54-12г	Котлеты капустные	150	8,6	6,3	25,6	193,5
54-42м	Тефтели из оленины паровые	80	11,4	5,8	6,7	124,7
Пром.	Фрукт (банан)**	70	1,1	0,4	14,7	66,2
54-23хн	Кисель из смородины	200	0,2	0,1	12,2	50,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Уплотненный полдник	550	24,9	13	80,7	539,5
	Итого за день	1935	68,7	42,2	235,7	1598,4
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый	30	0,9	0,1	1,8	11,1
54-1о	Омлет натуральный	150	12,7	17,9	3,2	225,2
54-7гн	Чай с малиной и сахаром	200	0,2	0,1	7,3	30,6
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Завтрак	420	16,6	18,5	28,8	348
	Второй завтрак					
Пром.	Сок абрикосовый	180	0,9	0	22,9	95
	Итого за Второй завтрак	180	0,9	0	22,9	95
	Обед					
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	60	1,4	6,6	2,1	73,5
54-8с	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-9г	Рагу из овощей	150	2,9	7,5	13,6	133,3
54-4м	Котлеты из говядины	75	13,7	13	12,3	221,4
54-12хн	Компот из клюквы	200	0,1	0	7	28,8
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	725	27,6	32,1	67,8	671,2
	Уплотненный полдник					
54-3т	Суфле из моркови с творогом	120	9,2	5,5	18,7	161
Пром.	Печенье	40	3	3,9	29,8	166,3
Пром.	Сок морковный	200	2,2	0,2	25,2	111,4
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Уплотненный полдник	415	18,3	10,2	96	548,5
	Итого за день	1740	63,4	60,8	215,5	1662,7
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	150	6,1	6,9	29	202,7
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
54-11гн	Чай с медом	200	0,2	0	7,3	30,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Завтрак	460	9,4	7,6	59,7	345,1

	Второй завтрак					
Пром.	Снежок	120	3,2	3	13	91,8
	Итого за Второй завтрак	120	3,2	3	13	91,8
	Обед					
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,1	3,2	10	73,4
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	180	4,2	5,1	5,1	83
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-6р	Суфле рыбное (горбуша)	80	17,1	9,5	3,4	167,4
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	730	29,5	25	76,5	649,1
	Уплотненный полдник					
54-44м	Капуста тушеная с олениной	150	17,1	11,2	10	209,8
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,2	0,1	1,7	8,3
54-10в	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Уплотненный полдник	485	27,4	16,1	74,3	551,7
	Итого за день	1795	69,5	51,7	223,5	1637,7
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
54-19з	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,5	17,9	134,2
Пром.	Фрукт (груша)**	70	0,3	0,2	7,2	31,9
54-21гн	Какао с молоком	200	3,4	2,6	11	81
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Завтрак	515	12	11,3	52,7	361,2
	Второй завтрак					
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6
	Итого за Второй завтрак	200	1	0,2	20,2	86,6
	Обед					
54-3з	Овощи в нарезке (помидор)***	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-22с	Суп картофельный с ламинарией и яйцом	200	1,5	6,3	9,5	100,3
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-8м	Тефтели из говядины паровые	80	10,9	9,5	6,7	156
54-10хн	Компот из черники	200	0,2	0,1	7,7	32,7
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Обед	730	24,3	22,7	78,6	616,6
	Уплотненный полдник					
54-2г	Макароны отварные с овощами	150	4,7	6,2	26,5	180,7
54-22м	Суфле из курицы	80	17,9	7,3	0,4	139,1
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0	6,4	26,1
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9

	Итого за Уплотненный полдник	510	27	15,1	76,3	549
	Итого за день	1955	64,3	49,3	227,8	1613,4
	Средние показатели за Завтрак	471	12,26	10,94	53,79	362,93
	Средние показатели за Второй завтрак	171	2,98	2,35	14,34	90,38
	Средние показатели за Обед	740	26,38	23,07	80,64	636,14
	Средние показатели за Уплотненный полдник	481,5	24,11	15,37	78,01	546,8
	Средние показатели за период	1863,5	65,7	51,7	226,8	1636,3
Примечание: № рецептуры* - номера рецептов из перечня блюд; Фрукт** - допускается выдача иных фруктов; Овощи в нарезке, горошек зеленый*** - допускается выдача иных овощей.						

Таблица 9

Информация о пищевой, энергетической и витаминно-минеральной ценности меню

Показатели	Фактические значения по меню	Рекомендуемые значения на сутки	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Энергетическая ценность, ккал	1636,3	1800	90,9
Витамин С, мг	53,6	50	107,2
Витамин В1, мг	0,8	1,2	66,7
Витамин В2, мг	1,2	1	120
Витамин А, мкг рэ	405,9	500	81,2
Кальций, мг	820,6	900	91,2
Фосфор, мг	1019,6	800	127,5
Магний, мг	280,8	200	140,4
Железо, мг	14,8	10	148
Калий, мг	585	600	97,5
Йод, мкг	722,2	100	722,2
Селен, мкг	72,5	20	362,5

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню завтраков по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ЗАВТРАК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	20	20	30	20	20	20	20	20	20	20	210	21
Хлеб пшеничный	20	15	20	30	30	20	20	20	20	20	215	21,5
Крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	16	-	-	-	-	16	1,6
Крупа кукурузная	-	-	-	-	-	-	41	-	-	-	41	4,07
Крупа овсяная	-	-	36	-	-	-	-	-	-	-	36	3,57
Крупа пшеничная	-	-	-	-	38	-	-	-	38	-	75	7,5
Крупа пшеничная	-	-	-	38	-	-	-	-	-	-	38	3,75
Макаронные изделия в/с	16	-	-	-	-	-	-	-	-	16	32	3,2
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	-	-	-	-	47	-	-	47	4,65
Повидло яблочное	-	-	-	20	-	-	-	-	-	-	20	2
Апельсин	-	-	-	15	-	-	-	-	-	-	15	1,47
Банан	70	-	-	-	-	-	-	-	-	-	70	7
Груша	-	-	70	11	-	70	-	-	-	70	221	22,13
Лимон	-	7	-	-	-	-	-	-	-	-	7	0,75
Мандарин	-	-	-	-	-	-	70	-	-	-	70	7
Яблоко	-	70	-	-	70	-	-	-	70	-	210	21
Малина	-	-	-	-	-	-	-	13	-	-	13	1,28
Изюм	-	-	7	-	-	-	7	-	-	-	15	1,46
Молоко	240	58	71	78	80	240	71	58	80	240	1215	121,53
Сыр	-	5	-	-	-	16	-	-	-	-	21	2,08
Масло сливочное	2	12	7	8	8	2	7	12	8	7	71	7,08
Яйцо куриное	-	102	-	-	-	-	-	102	-	-	203	20,31
Сахар-песок	9	7	9	2	2	9	9	7	2	9	65	6,48
Мед пчелиный	-	-	-	-	10	-	-	-	10	-	20	2
Чай черный байховый	-	1	1	1	1	-	1	1	1	-	4	0,35
Какао-порошок	3	-	-	-	-	3	-	-	-	3	9	0,9
Соль йодированная	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	5	0,53

Таблица 11

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню вторых завтраков по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ВТОРОЙ ЗАВТРАК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Напиток тыквенный	-	-	200	-	-	200	-	-	-	-	400	40
Сок абрикосовый	-	-	-	-	-	-	-	180	-	-	180	18
Сок яблочный	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	200	20
Молоко	-	180	-	-	180	-	-	-	-	-	360	36
Йогурт	150	-	-	-	-	-	-	-	-	-	150	15
Ряженка	-	-	-	-	-	-	180	-	-	-	180	18
Снежок	-	-	-	120	-	-	-	-	120	-	240	24

Таблица 12

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню обедов по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	30	20	20	20	25	20	30	20	20	20	225	22,5
Хлеб пшеничный	57	41	40	30	20	20	39	34	20	30	333	33,26
Сухари панировочные	-	-	-	-	-	-	8	8	-	-	17	1,66
Мука пшеничная в/с	2	8	-	1	14	6	9	1	7	-	48	4,83
Крупа рисовая	54	-	-	-	-	10	-	-	-	-	64	6,35
Крупа перловая	-	-	-	-	-	-	8	-	-	-	8	0,8
Крупа гречневая ядрица	-	-	69	-	-	-	-	-	-	69	138	13,8
Горох	-	-	-	-	-	-	-	16	-	-	16	1,6
Макаронные изделия в/с	-	-	-	-	-	37	-	-	-	-	37	3,68
Картофель(01.09-31.10)	-	193	82	136	182	61	203	133	171	71	1232	123,15
Картофель(31.10-31.12)	-	206	87	145	194	65	216	142	183	75	1313	131,31
Картофель(31.12-28.02)	-	220	93	155	207	70	231	152	195	81	1404	140,36
Картофель(29.02-01.09)	-	239	101	168	224	76	250	165	212	87	1521	152,13

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Зелень сушеная	-	-	-	0	-	-	-	-	-	0	0	0,02
Огурец соленый	-	-	15	-	-	11	-	-	-	-	26	2,63
Укроп	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-	1	0,09
Томат	33	-	68	-	-	-	-	15	-	68	183	18,31
Свекла(01.09-31.12)	-	40	-	71	-	56	-	-	56	-	224	22,39
Свекла(01.01-31.08)	-	44	-	78	-	61	-	-	61	-	243	24,34
Репа	-	-	-	30	-	-	-	30	-	-	60	6
Петрушка (корень)	1	2	-	-	1	1	-	3	0	-	6	0,63
Огурец	24	-	-	-	68	-	68	15	-	-	174	17,43
Морковь(01.09-31.12)	10	69	10	35	10	34	10	40	9	5	232	23,16
Морковь(01.01-31.08)	11	75	11	38	11	37	11	44	10	5	252	25,19
Лук репчатый	10	25	43	47	10	26	31	25	9	38	264	26,41
Лук зеленый	8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	0,81
Капуста белокочанная	70	20	20	38	70	-	30	74	63	-	384	38,4
Томатное пюре	1	6	-	-	1	9	-	-	1	-	18	1,85
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	-	-	9	-	-	-	-	9	0,94
Черника	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	21	2,14
Клюква	-	-	-	21	-	-	-	21	-	-	43	4,28
Яблоко	-	-	25	-	-	-	25	-	-	-	49	4,92
Вишня	42	-	20	-	-	-	20	-	-	-	82	8,24
Чернослив	-	16	-	-	-	27	-	-	-	-	43	4,28
Смесь сухофруктов	-	-	-	-	-	-	-	-	27	-	27	2,68
Курага	-	21	-	-	-	6	-	-	6	-	34	3,42
Изюм	-	-	-	-	20	6	-	-	6	-	33	3,26
Говядина 1 категории	-	-	-	-	-	-	-	73	-	63	136	13,62
Оленина 1 категории	65	-	63	-	-	-	-	-	-	-	128	12,84
Печень говяжья	-	-	-	62	-	-	-	-	-	-	62	6,16
Куриная грудка (филе)	-	-	-	-	-	-	63	-	-	-	63	6,33
Ламинария листовая	-	-	-	2	-	1	-	-	-	2	4	0,39
Треска (филе)	-	61	-	-	-	-	-	-	-	-	61	6,1
Минтай (филе)	-	-	-	-	-	58	-	-	-	-	58	5,84
Горбуша (филе)	-	-	-	-	82	-	-	-	82	-	165	16,45
Молоко	-	24	-	-	93	-	13	17	72	-	219	21,92
Сметана	10	10	10	27	10	8	10	23	9	4	120	11,95
Масло сливочное	9	8	9	25	6	10	9	6	13	9	106	10,61

Наименование пищевой продукции	ОБЕД										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Масло подсолнечное	7	10	4	13	9	9	6	14	7	6	85	8,49
Яйцо куриное	-	5	-	12	18	-	17	5	18	3	77	7,66
Сахар-песок	7	10	7	7	7	7	7	7	7	7	73	7,32
Соль йодированная	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	14	1,43
Лавровый лист	0,04	0,19	0,04	0,1	0,04	0,13	0,04	0,04	0,04	0,1	0,76	0,08
Кислота лимонная	0,2	0,2	-	-	-	-	-	0,1	-	-	0,5	0,05

Таблица 13

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню уплотненных полдников по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	20	15	30	15	30	20	20	30	30	30	240	24
Хлеб пшеничный	20	15	-	15	15	30	40	25	45	20	225	22,54
Сухари панировочные	-	6	-	-	6	4	-	4	-	-	20	1,99
Мука пшеничная в/с	41	-	17	3	-	23	12	-	42	-	138	13,77
Крупа манная	-	7	-	4	-	15	15	5	-	-	46	4,59
Макаронные изделия в/с	-	-	-	37	-	-	-	-	-	37	74	7,36
Томатная паста	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0,36
Укроп	-	-	-	1	-	-	-	-	-	1	2	0,18
Морковь(01.09-31.12)	5	119	5	26	-	118	-	96	5	26	400	39,99
Морковь(01.01-31.08)	5	130	5	29	-	128	-	104	5	29	435	43,49
Лук репчатый	6	-	10	-	-	-	33	-	10	-	59	5,94
Капуста белокочанная	160	-	143	-	-	-	200	-	143	-	647	64,69
Томатное пюре	-	-	6	9	-	-	-	-	6	9	30	3
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	9	-	-	-	-	-	9	19	1,88
Банан	-	-	-	70	-	-	70	-	-	-	140	14
Апельсин	-	-	-	-	-	-	-	-	15	-	15	1,47
Вишня	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	6	0,64
Груша	-	-	-	-	-	-	-	-	11	-	11	1,13
Яблоко	-	-	-	-	39	77	-	-	-	-	116	11,58
Смородина черная	-	-	26	-	-	-	26	-	-	-	51	5,14

Наименование пищевой продукции	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Малина	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	6	0,64
Изюм	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-	10	0,95
Сок морковный	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	600	60
Оленина 1 категории	-	-	-	-	-	-	63	-	90	-	154	15,37
Говядина 1 категории	-	-	90	-	-	-	-	-	-	-	90	9,04
Куриная грудка (филе)	82	-	-	-	-	-	-	-	-	82	164	16,36
Ламинария листовая	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	0,12
Молоко сгущенное с сахаром	-	-	-	9	-	-	-	-	-	-	9	0,91
Молоко	50	21	-	100	-	27	30	16	-	-	244	24,39
Творог	-	34	-	45	102	56	-	27	-	-	264	26,44
Сметана	-	6	-	2	6	14	-	4	-	-	32	3,16
Масло сливочное	12	4	19	10	6	13	7	3	13	16	104	10,4
Масло подсолнечное	10	-	0	-	-	-	-	-	0	-	10	1,04
Яйцо куриное	19	15	7	2	17	9	22	12	4	15	120	12,05
Сахар-песок	12	8	18	16	6	13	7	7	8	7	102	10,21
Пудра рафинадная	-	-	1	-	-	-	-	-	-	-	1	0,05
Печенье	-	40	-	-	-	-	-	40	-	-	80	8
Вафли с фруктово-ягодными начинками	-	-	-	-	30	-	-	-	-	30	60	6
Чай черный байховый	1	-	-	-	-	1	-	-	1	1	2	0,2
Какао-порошок	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	5	0,5
Дрожжи прессованные	1	-	-	-	-	-	-	-	1	-	2	0,16
Крахмал картофельный	-	-	6	-	-	-	6	-	-	-	12	1,2
Соль йодированная	2	0	1	1	0	0	1	0	1	1	8	0,75
Лавровый лист	0,02	-	0,08	-	-	-	-	-	0,08	-	0,18	0,02
Натрий двууглекислый	-	-	0,05	-	-	0,3	-	-	-	-	0,35	0,04
Ванилин	0,03	-	-	0,01	0,02	0,01	-	-	0,03	-	0,1	0,01

Количество пищевой продукции, необходимое для приготовления блюд меню по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	70	55	80	55	75	60	70	70	70	70	675	67,5
Сухари панировочные	-	6	-	-	6	4	8	13	-	-	37	3,65
Хлеб пшеничный	97	71	60	75	65	70	100	79	85	70	773	77,3
Мука пшеничная в/с	43	8	17	4	14	29	21	1	48	-	186	18,6
Горох	-	-	-	-	-	-	-	16	-	-	16	1,6
Крупа гречневая ядрица	-	-	69	-	-	16	-	-	-	69	154	15,4
Крупа кукурузная	-	-	-	-	-	-	41	-	-	-	41	4,07
Крупа манная	-	7	-	4	-	15	15	5	-	-	46	4,59
Крупа овсяная	-	-	36	-	-	-	-	-	-	-	36	3,57
Крупа перловая	-	-	-	-	-	-	8	-	-	-	8	0,8
Крупа пшеничная	-	-	-	-	38	-	-	-	38	-	75	7,5
Крупа рисовая	54	-	-	-	-	10	-	-	-	-	64	6,35
Крупа пшеничная	-	-	-	38	-	-	-	-	-	-	38	3,75
Макаронные изделия в/с	16	-	-	37	-	37	-	-	-	53	142	14,24
Картофель(01.09-31.10)	-	193	82	136	182	61	203	133	171	71	1232	123,15
Картофель(31.10-31.12)	-	206	87	145	194	65	216	142	183	75	1313	131,31
Картофель(31.12-28.02)	-	220	93	155	207	70	231	152	195	81	1404	140,36
Картофель(29.02-01.09)	-	239	101	168	224	76	250	165	212	87	1521	152,13
Укроп	-	-	-	1	-	1	-	-	-	1	3	0,27
Огурец соленый	-	-	15	-	-	11	-	-	-	-	26	2,63
Томатная паста	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0,36
Зелень сушеная	-	-	-	0	-	-	-	-	-	0	0	0,02
Томат	33	-	68	-	-	-	-	15	-	68	183	18,31
Томатное пюре	1	6	6	9	1	9	-	-	7	9	48	4,85
Капуста белокочанная	230	20	163	38	70	-	230	74	206	-	1031	103,09
Лук зеленый	8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	0,81
Лук репчатый	16	25	53	47	10	26	64	25	19	38	324	32,35
Морковь(01.09-31.12)	15	188	15	61	10	151	10	136	14	31	631	63,14
Морковь(01.01-31.08)	16	205	16	67	11	165	11	147	15	34	687	68,68

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Огурец	24	-	-	-	68	-	68	15	-	-	174	17,43
Петрушка (корень)	1	2	-	-	1	1	-	3	0	-	6	0,63
Репа	-	-	-	30	-	-	-	30	-	-	60	6
Горошек зеленый консерв.	-	-	-	9	-	9	-	47	-	9	75	7,46
Свекла(01.09-31.12)	-	40	-	71	-	56	-	-	56	-	224	22,39
Свекла(01.01-31.08)	-	44	-	78	-	61	-	-	61	-	243	24,34
Повидло яблочное	-	-	-	20	-	-	-	-	-	-	20	2
Черника	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	21	2,14
Смородина черная	-	-	26	-	-	-	26	-	-	-	51	5,14
Малина	-	-	-	-	-	6	-	13	-	-	19	1,93
Апельсин	-	-	-	15	-	-	-	-	15	-	29	2,94
Банан	70	-	-	70	-	-	70	-	-	-	210	21
Вишня	42	-	20	-	-	6	20	-	-	-	89	8,88
Груша	-	-	70	11	-	70	-	-	11	70	233	23,26
Лимон	-	7	-	-	-	-	-	-	-	-	7	0,75
Мандарин	-	-	-	-	-	-	70	-	-	-	70	7
Яблоко	-	70	25	-	109	77	25	-	70	-	375	37,5
Клюква	-	-	-	21	-	-	-	21	-	-	43	4,28
Чернослив	-	16	-	-	-	27	-	-	-	-	43	4,28
Смесь сухофруктов	-	-	-	-	-	-	-	-	27	-	27	2,68
Курага	-	21	-	-	-	6	-	-	6	-	34	3,42
Изюм	-	-	17	-	20	6	7	-	6	-	57	5,67
Сок яблочный	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	200	20
Сок морковный	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	600	60
Сок абрикосовый	-	-	-	-	-	-	-	180	-	-	180	18
Напиток тыквенный	-	-	200	-	-	200	-	-	-	-	400	40
Оленина 1 категории	65	-	63	-	-	-	63	-	90	-	282	28,21
Говядина 1 категории	-	-	90	-	-	-	-	73	-	63	227	22,66
Печень говяжья	-	-	-	62	-	-	-	-	-	-	62	6,16
Куриная грудка (филе)	82	-	-	-	-	-	63	-	-	82	227	22,69
Горбуша (филе)	-	-	-	-	82	-	-	-	82	-	165	16,45
Минтай (филе)	-	-	-	-	-	58	-	-	-	-	58	5,84
Треска (филе)	-	61	-	-	-	-	-	-	-	-	61	6,1
Ламинария листовая	1	-	-	2	-	1	-	-	-	2	5	0,51
Молоко сгущенное с	-	-	-	9	-	-	-	-	-	-	9	0,91

Наименование пищевой продукции	В СУММЕ ЗА ДЕНЬ										Сумма за цикл	Среднее значение
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
сахаром												
Молоко	290	282	71	178	353	267	114	91	152	240	2038	203,84
Снежок	-	-	-	120	-	-	-	-	120	-	240	24
Йогурт	150	-	-	-	-	-	-	-	-	-	150	15
Ряженка	-	-	-	-	-	-	180	-	-	-	180	18
Творог	-	34	-	45	102	56	-	27	-	-	264	26,44
Сыр	-	5	-	-	-	16	-	-	-	-	21	2,08
Сметана	10	16	10	28	16	22	10	27	9	4	151	15,11
Масло сливочное	23	24	36	42	20	25	24	21	33	32	281	28,09
Масло подсолнечное	17	10	4	13	9	9	6	14	8	6	95	9,52
Яйцо куриное	19	122	7	13	34	9	39	119	22	17	400	40,01
Пудра рафинадная	-	-	1	-	-	-	-	-	-	-	1	0,05
Сахар-песок	28	25	34	25	15	29	23	21	17	23	240	24,01
Печенье	-	40	-	-	-	-	-	40	-	-	80	8
Вафли с фруктово- ягодными начинками	-	-	-	-	30	-	-	-	-	30	60	6
Мед пчелиный	-	-	-	-	10	-	-	-	10	-	20	2
Чай черный байховый	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	6	0,55
Какао-порошок	3	-	-	5	-	3	-	-	-	3	14	1,4
Дрожжи прессованные	1	-	-	-	-	-	-	-	1	-	2	0,16
Крахмал картофельный	-	-	6	-	-	-	6	-	-	-	12	1,2
Соль йодированная	3	3	2	3	3	2	2	2	4	2	27	2,71
Лавровый лист	0,06	0,19	0,12	0,1	0,04	0,13	0,04	0,04	0,11	0,1	0,93	0,09
Ванилин	0,03	-	-	0,01	0,02	0,01	-	-	0,03	-	0,1	0,01
Кислота лимонная	0,2	0,2	-	-	-	-	-	0,1	-	-	0,5	0,05
Натрий двууглекислый	-	-	0,05	-	-	0,3	-	-	-	-	0,35	0,04

**ХАРАКТЕРИСТИКИ КАЧЕСТВА ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ, ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ
БЛЮД МЕНЮ В ОРГАНИЗАЦИЯХ С КРУГЛОСУТОЧНЫМ РЕЖИМОМ ПРЕБЫВАНИЯ, ОРГАНИЗАЦИЯХ
ОТДЫХА ДЕТЕЙ И ИХ ОЗДОРОВЛЕНИЯ**

(для использования в ежедневной работе и при подготовке конкурсной (контрактной) документации)

Таблица 1

Перечень пищевой продукции для организации питания и ее показатели качества

Наименование пищевой продукции	Стандарт качества (Соответствие требованиям)	Комментарии (качественные характеристики, которые ВЫБОРОЧНО рекомендуется отражать в конкурсной документации на поставки пищевой продукции)
Говядина (телятина) 1 категории	ГОСТ 31799 «Мясо и субпродукты, замороженные в блоках, для производства продуктов питания детей раннего возраста. Технические условия» ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Класс А – мясо жилованное, замороженное в блоках: массовая доля соединительной и жировой ткани не более 9,0%
Субпродукты говяжьи		Класс Б – субпродукты обработанные, замороженные в блоках, вырабатывают следующих наименований: печень, язык, сердце
Мясо кур	ГОСТ 31962 «Мясо кур (тушки кур, цыплят, цыплят-бройлеров и их части)» ГОСТ 32607 «Мясо кур. Тушки и их части. Требования при поставках и контроль качества» ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Сорт первый – грудки, окорочка, бедра, филе. Мясо кур по возрасту забоя должно относиться ко второй категории (возраст кур не дату забоя менее 12 недель); Мясо кур может быть охлажденным с температурой от минус 2°С до плюс 4°С включительно; замороженным с температурой не выше минус 12°С; глубокозамороженным с температурой не выше минус 18°С (нужное указывается). Система откорма птицы – без АСР (без антибиотиков, стимуляторов роста), без ГМО.
Рыба мороженая	ГОСТ 3948 «Филе рыбы мороженое. Технические условия» ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Филе без кожи и костей – рыба, разрезанная по длине на две продольные части, у которой удалены голова, позвоночная, плечевые, крупные и мелкие реберные кости, остатки костей оснований брюшных и спинных плавников, плавники, внутренности, в том числе икра или молоки, кожа, черная пленка (при наличии); сгустки крови зачищены.
	ГОСТ 32366 «Рыба мороженая. Технические условия» ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Рыба, у которой срезана брюшная часть; удалены голова с плечевыми костями и анальный плавник с прилегающим к нему мясом; остатки внутренностей, сгустки крови и почки зачищены

Молоко	ГОСТ 32252-2013 «Молоко питьевое для питания детей дошкольного и школьного возраста. Технические условия»	Массовая доля жира: 2,5%; 3,0%; 3,2%; 3,5%. Режим термической обработки: пастеризация; стерилизация; ультрапастеризация. Рекомендуется использовать продукт с обогащающими компонентами: на обогащенный витамином(ами); обогащенный витамином(ами) и йодом.
Йогурт	ГОСТ 31981 «Йогурты. Общие технические условия» ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Йогурты, йогурты обогащенные (без немолочных компонентов и с немолочными компонентами), биоЙогурты (с пробиотиками и/или пребиотиками).
Творог	ГОСТ 31453 «Творог. Технические условия»	Кисломолочный продукт, произведенный с использованием заквасочных микроорганизмов (лактококков или смеси лактококков и термофильных молочнокислых стрептококков) методами кислотной или кислотно-сычужной коагуляции белков с последующим удалением сыворотки путем самопрессования и (или) прессования. Продукты изготовленный из цельного или нормализованного молока. Жировая фаза продукта должна содержать только молочный жир.
Сыр	ГОСТ 32260 «Сыры полутвердые. Технические условия».	Полутвердые сыры с массовой долей влаги в обезжиренном веществе* от 54,0% до 69,0% (далее – сыры), изготавливаемые из коровьего молока и продуктов, полученных из коровьего молока: обезжиренного молока и сливок, предназначенные для непосредственного употребления в пищу или дальнейшей переработки. Сыры с низкой и высокой температурой второго нагревания. Жировая фаза сыра должна содержать только молочный жир
	ГОСТ Р 52686 «Сыры. Общие технические условия»	Сыры полутвердые с массовой долей влаги от 54,0 до 69,0%. Жировая фаза сыра должна содержать только молочный жир
Сметана	ГОСТ 31452 «Сметана. Технические условия»	Кисломолочный продукт, который произведен путем сквашивания сливок с добавлением молочных продуктов или без их добавления с использованием заквасочных микроорганизмов – лактококков или смеси лактококков и термофильных молочнокислых стрептококков, массовая доля жира в котором составляет не менее чем 10%. Молочное сырье – нормализованные сливки. Жировая фаза продукта должна содержать только молочный жир. При производстве продукта не допускается применять стабилизаторы и загустители.
Масло сливочное	ГОСТ 32261 «Масло сливочное. Технические условия»	Продукт должен обладать термоустойчивостью (от 0,70 до 1,00) – способность масла сохранять форму (не деформироваться под воздействием собственной массы) при температуре (30±1) °С. Сливочное масло может быть сладко-сливочным и кисло-сливочным. Сливочное масло должно быть несоленым. По жирности сливочное масло может быть традиционным (массовая доля жира не менее 82,5%), любительским (массовая доля жира не менее 80,0%) и крестьянским (массовая доля жира не менее 72,5%).

		Жировая фаза масла должна содержать только молочный жир коровьего молока
Масло подсолнечное	ГОСТ 1129 «Масло подсолнечное. Технические условия»	Рафинированное дезодорированное «премиум» и «высший сорт».
Яйцо куриное	ГОСТ 31654 «Яйца куриные пищевые. Технические условия»	Яйца – диетические (срок хранения которых не превышает 7 сут.) и столовые (срок хранения которых при температуре от 0 °С до 20 °С – не более 25 сут.). Категории яйца – высшая (масса одного яйца 75 г. и более), отборная (масса одного яйца 65 г. – 74,9 г.); первая (масса одного яйца 55 г. – 64,9 г.).
Крупа пшенная	ГОСТ 572 «Крупа пшено шлифованное. Технические условия»	Пшено шлифованное: ядра зерна проса, полностью освобожденные от цветковых пленок и частично от плодовых, семенных оболочек и зародыша в результате шелушения и шлифования зерна проса. Крупа должна вырабатываться из зерна проса по ГОСТ 22983.
Крупа рисовая	ГОСТ 6292 «Крупа рисовая. Технические условия»	Рис шлифованный – сорт «экстра», «высший» и «первый». Рисовая крупа, используемая для производства продуктов детского питания, вырабатывают из риса, выращенного на полях без применения пестицидов и отвечающего требованиям ГОСТ 6293.
Крупа овсяная	ГОСТ 3034 «Крупа овсяная. Технические условия»	Крупа высшего и первого сорта, недробленая и плющенная, выработанная из овса, поставляемого на переработку в крупу по ГОСТ 28673.
Крупа манная	ГОСТ 7022 «Крупа манная. Технические условия»	Крупа вырабатывается из твердой или мягкой пшеницы, или из мягкой пшеницы, с примесью твердой до 20% и предназначенной для пищевых целей. В зависимости от типа пшеницы, поступающей на помол, манная крупа может быть трех марок: М – из мягкой пшеницы; МТ – из мягкой пшеницы с примесью твердой (дурум) до 20%; Т – из твердой пшеницы (дурум).
Крупа кукурузная	ГОСТ 6002 «Крупа кукурузная. Технические условия»	Кукурузная шлифованная – дробленые частицы ядра кукурузы различной формы, полученные путем отделения плодовых оболочек и зародыша, зашлифованные с закругленными гранями, в зависимости от размеров частиц может быть пяти номеров.
Крупа перловая	ГОСТ 5784 «Крупа ячменная. Технические условия»	Ядро, освобожденное от цветковых пленок, хорошо отшлифованное Ячмень для выработки ячменной крупы по качеству должен соответствовать требованиям ГОСТ 28672
Крупа гречневая ядрица	ГОСТ Р 55290 «Крупа гречневая. Общие технические условия»	Гречневая крупа должна вырабатываться из гречихи по ГОСТ 19092. Для детского питания используется ядрица быстро разваривающаяся (пропаренная) – целые и надколотые ядра гречихи, размером более 1,6 x 20,0 мм. Для производства гречневой быстрорастворивающейся крупы используют зерно гречихи, которое в процессе переработки в крупу подвергают пропариванию. Гречневую крупу – быстрорастворивающуюся ядрицу высшего и первого сортов, используемую для производства детского питания, вырабатывают из гречихи, выращенной на полях без применения пестицидов.
Булгур	ГОСТ 9353 «Пшеница. Технические условия»/ ТУ на булгур (пропаренное	Пшеничная крупа должна вырабатываться из поставляемой твердой пшеницы, соответствующей требованиям ГОСТ 9353.

	и дробленое зерно пшеницы)	
Горох	ГОСТ 28674 «Горох. Технические условия»	Особых требований нет
Кунжут	ГОСТ 12095 «Кунжут для переработки»	Заготавливаемые и поставляемые семена кунжута должны быть негреющимися, в здоровом состоянии, иметь цвет и запах, свойственные нормальным семенам кунжута (без затхлого, плесневого и других посторонних запахов).
Макаронные изделия	ГОСТ 31743 «Изделия макаронные. Общие технические условия»	Макаронные изделия группы А – макаронные изделия, изготовленные из муки из твердой пшеницы; сорт – высший. Макаронные изделия по форме могут быть трубчатые, нитевидные, ленточные и фигурные
Картофель	ГОСТ 7176 «Картофель продовольственный. Технические условия»	Клубни должны быть целыми, чистыми, не проросшими, не увядшими, не позеленевшие, без коричневых пятен.
Капуста белокочанная	ГОСТ Р 51809 «Капуста белокочанная свежая, реализуемая в розничной торговой сети. Технические условия»	Класс качества: первый.
Томат	ГОСТ 34298 «Томаты свежие. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Свекла	ГОСТ 32285 «Свекла столовая свежая, реализуемая в розничной торговой сети. Технические условия»	Сорта: высший, первый
Огурец	ГОСТ 33932 «Огурцы свежие, реализуемые в розничной торговле. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Огурец соленый	ГОСТ 34220 «Овощи соленые и квашеные. Общие технические условия»	Огурцы – целые, одного размерного ряда в одной упаковочной единице, формы и окраски, свойственной данному ботаническому сорту, не мятые, не пожелтевшие, без кожистых семян, не увядшие, не сморщенные, без механических повреждений.
Морковь	ГОСТ 32284 «Морковь столовая свежая, реализуемая в торговой розничной сети. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Тыква	ГОСТ 7975 «Тыква продовольственная свежая. Технические условия»	Плоды свежие, целые, здоровые, чистые, без заболеваний, с окраской и формой, свойственными данному ботаническому виду и сорту, с плодоножкой или без нее. Допускаются плоды с отклонениями от правильной формы, но не уродливые, с зарубцевавшимися (опробковевшими) повреждениями коры от порезов и царапин.
Кабачки	ГОСТ 31822 «Кабачки свежие, реализуемые в розничной торговле»	Плоды свежие, целые, чистые, здоровые, не увядшие, технически спелые, с не огрубевшей кожицей, гладкие или ребристые, с плодоножкой, без повреждений.
Баклажаны	ГОСТ 31821 «Баклажаны свежие, реализуемые в розничной торговле»	Плоды свежие, целые, чистые, здоровые, не увядшие, технически спелые, с плодоножкой, без повреждений сельскохозяйственными вредителями и болезнями,

		без механических повреждений, без излишней внешней влажности, типичной для ботанического сорта формы и окраски
Перец сладкий	ГОСТ 34325 «Перец сладкий свежий. Технические условия»	Товарный сорт: высший
Лук репчатый	ГОСТ 34306 «Лук репчатый свежий. Технические условия»	Товарный сорт: первый.
Петрушка (корень)	ГОСТ 34212 «Петрушка свежая. Технические условия»	Корнеплоды свежие, целые, здоровые, не вялые, не загрязненные, без насекомых вредителей, без излишней внешней влажности.
Банан	ГОСТ Р 51603 «Бананы свежие. Технические условия»	Классы качества: экстра и первый.
Яблоко	ГОСТ 34314 «Яблоки свежие, реализуемые в розничной торговле. Технические условия»	Товарный сорт – высший; цветовые группы: А – красной окраски; В – неоднородной красной окраски; С – розоватой окраски, неоднородной красной окраски или с полосками красного цвета; Д – требований к окраске нет.
Мандарин, лимон	ГОСТ 34307 «Плоды цитрусовых культур. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Груша	ГОСТ 33499 «Груши свежие. Технические условия»	Товарный сорт: высший
Вишня	ГОСТ 33801 «Вишня и черешня свежие. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Смородина черная	ГОСТ 6829 «Смородина черная свежая. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Облепиха, клюква, брусника, вишня	ГОСТ 33823 «Фрукты (ягоды) быстрозамороженные. Общие технические условия»	Товарный сорт: высший.
Изюм	ГОСТ 6882 «Виноград сушеный. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Курага, чернослив, смесь сухофруктов	ГОСТ 32896 «Фрукты сушеные. Общие технические условия»	Товарные сорта: экстра, высший.
Малина	ГОСТ 33915 Малина и ежевика свежие. Технические условия	Товарный сорт: высший.
Шиповник (сухой)	ГОСТ 1994 «Плоды шиповника. Технические условия»	Цельные, очищенные от чашелистиков и плодоножек ложные плоды разнообразной формы: от шаровидной, яйцевидной или овальной до сильно вытянутой веретеновидной; длина плодов 0,7-3 см, диаметр – 0,6-1,7 см.
Лук зеленый	ГОСТ 34214 «Лук свежий зеленый. Технические условия»	Товарный сорт: первый
Репа	ГОСТ 32791 «Репа столовая молодая свежая. Технические условия»	Корнеплоды свежие, целые, молодые, здоровые, чистые, не застрелковавшиеся, не увядшие, не треснувшие, не одревеневшие, без признаков прорастания, без

		повреждений сельскохозяйственными вредителями, без излишней внешней влажности, типичной для ботанического сорта формы и окраски, с черешками листьев длиной не более 20 мм или без них, но без повреждения плечиков корнеплодов.
Капуста цветная	ГОСТ 33952 «Капуста цветная свежая. Технические условия»	Головки капусты свежие с листьями, без листьев или подрезанные, целые, чистые, здоровые, типичной для ботанического сорта формы и окраски, без механических повреждений, без излишней внешней влажности; с кочерыжкой не более 2 см ниже последнего кроющего листа
Сок	ГОСТ Р 52186 «Консервы. Продукция соковая. Соки фруктовые и фруктово-овощные восстановленные. Технические условия»	Допускается для корректировки вкуса добавление сахара по ГОСТ Р 53396, ГОСТ 21, ГОСТ 22 в количестве не более чем 1,5% от массы готовой продукции или регулятора кислотности (лимонной кислоты по ГОСТ 9087) в количестве не более 3 г/дм в расчете на безводную лимонную кислоту.
Джем фруктовый	ГОСТ 31712 «Джемы. Общие технические условия»	Стерилизованные, витаминизированные.
Томатное пюре (паста)	ГОСТ 3343 «Продукты томатные концентрированные. Общие технические условия»	Категория – экстра (из свежего сырья)
Горошек зеленый консервированный	ГОСТ 34112 «Консервы овощные. Горошек зеленый. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Икра из кабачков (консерв.)	ГОСТ 2654 «Консервы. Икра овощная. Технические условия»	Массовая доля сухих веществ, не менее 18%.
Сахар-песок	ГОСТ 33222 «Сахар белый. Технические условия»	В зависимости от вида используемого сырья сахар может быть свекловичным и из тростникового сахара-сырца. В зависимости от способа производства белый сахар подразделяют на кристаллический и кусковой.
Мед пчелиный	ГОСТ 19792 «Мед натуральный. Технические условия» ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Виды меда могут включать в наименование место сбора, с которого мед собран пчелами: луговой, полевой, степной, лесной, горный, таежный и др. Мед может иметь название географической местности, связанной с его происхождением: башкирский, дальневосточный, алтайский, сибирский и др. Диастазное число – не менее 8 ед. Готе
Чай черный байховый	ГОСТ 32573 «Чай черный. Технические условия»	Способ технологической обработки чайного листа – листовый (крупный, средний и мелкий);
Какао-порошок	ГОСТ 108 «Какао-порошок. Технические условия»	Какао-порошок – порошок из тонкоизмельченного, частично обезжиренного тертого какао, содержащий от 12% до 20% масла какао и не более 7,5% влаги.
Соль йодированная	ГОСТ Р 51574 «Соль поваренная пищевая. Технические условия»	Сорта поваренной соли – экстра, высший с добавкой йодид калия (йодированная соль). Массовая доля йода (40±15) мкг/г.
Хлеб	ГОСТ 31752 «Изделия хлебобулочные в упаковке»	Особых требований нет

Крахмал картофельный	ГОСТ Р 53876 «Крахмал картофельный. Технические условия»	Особых требований нет
Лавровый лист	ГОСТ 17594 «Лист лавровый сухой. Технические условия»	Особых требований нет
Кислота лимонная	ГОСТ 31726 «Добавки пищевые. Кислота лимонная безводная Е330. Технические условия»	Особых требований нет
Сухари панировочные	ГОСТ 28402. «Сухари панировочные. Общие технические условия»	Особых требований нет
Мука пшеничная	ГОСТ 26574 «Мука пшеничная хлебопекарная. Технические условия»	Сорта: экстра, высший
Полуфабрикаты (мясные, рыбные, овощные, творожные)	ТУ (разработанные на основе ГОСТ по сырью) и рецептурам блюд для детского питания	Соответствие рецептуры сборнику рецептов для детского питания

Таблица 2

Перечень пищевой продукции (дополнительный) для детей с сахарным диабетом

Наименование пищевой продукции	Стандарт качества (Соответствие требованиям)	Комментарии (качественные характеристики, которые рекомендуется отражать в конкурсной документации на поставки пищевой продукции)
Сиропы на сорбите, фруктозе, стевии, соответствующие требованиям ТР ТС 027/2012	ГОСТ 28499 «Сиропы. Общие технические условия» / ГОСТ 18077 «Консервы. Соусы фруктовые. Технические условия»	Формы: сироп - концентрированный продукт, изготовленный из пищевых ингредиентов с массовой долей сухих веществ не менее 50,0%; сироп с соком - сироп, изготовленный с использованием натурального и (или) концентрированного сока (содержание сока по объему в готовом сиропе составляет (в пересчете на натуральный сок) не менее 6% с использованием сока цитрусовых плодов и 10% с использованием сока других плодов и ягод; сироп на растительном сырье - сироп, изготовленный с преобладающим использованием экстрактов, концентратов, настоев, композиций растительного сырья (растений, плодов, семян и др.) или концентрированных основ, в состав которых входят эти продукты. Нужно – указать.
	ГОСТ 18077 «Консервы. Соусы фруктовые. Технические условия»	Формы: фруктовые консервы - продукты переработки фруктов в герметичной упаковке, подвергнутые обработке физическими методами, обеспечивающими микробиологическую стабильность и сохранение качества более 6 мес. в зависимости от ассортимента; фруктовый соус - фруктовые консервы, изготовленные из протертых и/или измельченных свежих фруктов, или их полуфабрикатов, или из смеси фруктов. Нужно – указать.

Таблица 3

Перечень пищевой продукции (дополнительный) для детей с целиакией

Наименование пищевой продукции	Стандарт качества (Соответствие требованиям)	Комментарии (качественные характеристики, которые рекомендуется отражать в конкурсной документации на поставки продуктов питания)
Макаронные изделия безглютеновые	ГОСТ 32908 «Изделия макаронные безглютеновые. Общие технические условия»	Макаронные изделия, уровень глютена в которых не превышает 20 мг/кг продукта, изготовленные из сырья, изначально не содержащего глютен. При изготовлении безглютеновых макаронных изделий может быть использовано следующее основное сырье: мука кукурузная - ГОСТ 14176; мука для продуктов детского питания - ГОСТ 31645; крахмал картофельный - ГОСТ 7699; крахмал кукурузный - ГОСТ 32159; дополнительное сырье: овощи сушеные по государственным стандартам и другой нормативной документации, действующей на

Наименование пищевой продукции	Стандарт качества (Соответствие требованиям)	Комментарии (качественные характеристики, которые рекомендуется отражать в конкурсной документации на поставки продуктов питания)
		территории государства, принявшего стандарт; фрукты косточковые сушеные по ГОСТ 32896; картофель сушеный по ГОСТ 28432.
Хлеб безглютеновый	ГОСТ 25832 «Изделия хлебобулочные диетические. Технические условия»	Уровень глютена не превышает 20 мг/кг продукта, изготовленные из сырья, изначально не содержащего глютен
Мука рисовая, мука гречневая, мука овсяная	ГОСТ 31645 «Мука для продуктов детского питания. Технические условия»	При изготовлении муки для продуктов детского питания применяют следующее сырье: крупу рисовую по ГОСТ 6292; крупу гречневую по ГОСТ 5550; крупу овсяную по ГОСТ 3034. Уровень глютена не превышает 20 мг/кг продукта, изготовленные из сырья, изначально не содержащего глютен
Мука кокосовая	ТУ 10.61.23-053-17274463 «Мука из овощных и других растительных культур»	Особых требований нет

Таблица 4

Перечень пищевой продукции (дополнительный) для детей с муковисцидозом

Наименование пищевой продукции	Комментарии (качественные характеристики, которые рекомендуется отражать в конкурсной документации на поставки пищевой продукции)
Высокобелковый кисломолочный продукт	Содержание белка не менее 10 г. на 100 г. продукта

Перечень пищевой продукции (дополнительный) для детей с фенилкетонурией

Наименование пищевой продукции	Стандарт качества (Соответствие требованиям)	Комментарии (качественные характеристики, которые рекомендуется отражать в конкурсной документации на поставки пищевой продукции)
Специализированный диетический (лечебный) продукт (смесь)	ГОСТ 33933 «Продукты диетического лечебного и диетического профилактического питания. Смеси белковые композитные сухие. Общие технические условия»	Сухие белковые композитные смеси- специализированные пищевые продукты с содержанием белка от 40% до 75%, состоящие из белков молока (казеина и/или белков сыворотки молока), или изолята соевого белка, или смеси белков молока (казеина и/или белков сыворотки молока) и изолята соевого белка, с добавлением одного или нескольких нижеперечисленных ингредиентов: мальтодекстрина, лецитина, полиненасыщенных жирных кислот, среднецепочечных триглицеридов, пищевых волокон, витаминов, минеральных веществ, пробиотиков и пребиотиков.
Молочный десерт, молочно-фруктовый (низкобелковый),	Содержание белка менее 1 г. на 100 г. продукта	

ХАРАКТЕРИСТИКИ КАЧЕСТВА ОСНОВНЫХ ГРУПП ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ (для бракеража сырой продукции)

1. Мясо и мясопродукты:

1.1. Говядина 1 категории - мясо должно иметь плотную, упругую консистенцию и аромат, свойственный говядине, без постороннего запаха. Отношение мышечной массы к костной 80%:20%. Поверхность туш, полутуш и четвертин: от розового до красного цвета; жир белый или белый с желтоватым оттенком.

1.2. Печень говяжья - цвет ровный, темно-красный с коричневым оттенком, без наружных кровеносных сосудов, без желто-коричневых пятен, без лимфатических узлов, желчного пузыря, посторонних тканей и загрязнений, без посторонних запахов. При размораживании консистенция плотная и упругая. Вкус и запах характерный свежему продукту, не допускается посторонних запахов и привкусов¹.

2. Рыба и рыбопродукты:

2.1. Рыба мороженая – блоки - целые, плотные с ровной поверхностью, поверхность чистая; филе, рыба замороженная поштучно, без деформации; поверхность чистая, ровная, естественной окраски, консистенция (после размораживания) - плотная или мягкая, свойственная данному виду рыбы; цвет мяса - свойственный данному виду рыбы; без постороннего запаха. Вкус и запах (после варки) - свойственный данному виду рыбы, без постороннего привкуса и запаха².

3. Молочные продукты:

3.1. Молоко – цвет белый (может быть с синеватым оттенком для обезжиренного молока, со светло-кремовым оттенком для стерилизованного молока, с кремовым оттенком для топленого молока), консистенция однородная, без включений. Вкус и запах характерные для молока. Допускается сладковатый привкус³.

3.2. Йогурт - кисломолочный продукт, консистенция однородная, в меру вязкая. Вкус и запах кисломолочный, с соответствующим вкусом и ароматом внесенных компонентов. Йогурт производят с добавлением или без добавления различных немолочных компонентов. Цвет молочно-белый или

¹ ГОСТ 31799 «Мясо и субпродукты, замороженные в блоках, для производства продуктов питания детей раннего возраста. Технические условия».

² ГОСТ 3948 «Филе рыбы мороженое. Технические условия».

³ ГОСТ 32252 «Молоко питьевое для питания детей дошкольного и школьного возраста. Технические условия».

обусловленный цветом внесенных компонентов, однородный или с вкраплениями нерастворимых частиц. Йогурты хранят при температуре (4±2) С. Срок годности продукта устанавливает изготовитель с учетом требований нормативных правовых актов в области безопасности пищевой продукции⁴.

3.3. Творог – кисломолочный продукт, цвет белый или с кремовым оттенком, равномерный по всей массе. Консистенция мягкая, мажущаяся или рассыпчатая. Для обезжиренного продукта может отмечаться незначительное выделение сыворотки. Вкус и запах кисломолочные, без посторонних привкусов и запахов⁵.

3.4. Сыр – молочный продукт, консистенция плотная; вкус и аромат, характерные для сыра, без посторонних привкусов и запахов⁶.

3.5. Сметана - однородная масса белого цвета густая (возможен слегка кремовый оттенок); консистенция - густая, слегка вязкая; вкус и запах - кисломолочный, без посторонних привкусов и запахов⁷.

3.6. Масло сливочное - консистенция - плотная, пластичная, однородная; вкус и запах – сливочный с привкусом пастеризации, без посторонних привкусов и запахов; поверхность на срезе блестящая, сухая на вид⁸.

4. Масло подсолнечное - прозрачное без осадка, без запаха, либо с запахом, характерным для подсолнечного масла, без посторонних включений, запаха и привкуса.

5. Яйцо куриное - скорлупа яиц должна быть чистой и неповрежденной. Маркировка яиц должна быть четкой, легко читаемой⁹.

6. Крупы и макаронные изделия:

6.1. Крупа пшеничная - цвет желтый; вкус и запах - свойственный пшеничной крупе; без посторонних привкусов; без затхлости, плесени и иных посторонних запахов¹⁰.

6.2. Крупа рисовая - цвет-белый или белый с различными оттенками; вкус и запах - свойственный рисовой крупе; без посторонних привкусов; без затхлости, плесени и иных посторонних запахов¹¹.

6.3. Крупа овсяная - цвет- сероватый с различными оттенками; вкус и запах - свойственный овсяной крупе; без посторонних привкусов; без затхлости, плесени и иных посторонних запахов¹².

6.4. Крупа манная - непрозрачная мучнистая крупка ровного белого или кремового цвета; запах и вкус - свойственный манной крупе, без

⁴ ГОСТ 31981 «Йогурты. Общие технические условия».

⁵ ГОСТ 31453 «Творог. Технические условия».

⁶ ГОСТ 32260 «Сыры полутвердые. Технические условия».

⁷ ГОСТ 31452 «Сметана. Технические условия».

⁸ ГОСТ 32261 «Масло сливочное. Технические условия».

⁹ ГОСТ 1129 «Масло подсолнечное. Технические условия».

¹⁰ ГОСТ 9353 «Пшеница. Технические условия».

¹¹ ГОСТ 6292 «Крупа рисовая. Технические условия».

¹² ГОСТ 3034 «Крупа овсяная. Технические условия».

посторонних запахов, не затхлый; без посторонних привкусов, не кислый, не горький¹³.

6.5. Крупа кукурузная - дробленые частицы ядра кукурузы различной формы (в наибольшем линейном измерении не более 0,3 мм); цвет - белый или желтый с оттенками; запах и вкус - свойственный кукурузной крупе, без посторонних запахов, не затхлый, без посторонних привкусов, не кислый, не горький¹⁴.

6.6. Крупа гречневая ядрица - целые и надколотые ядра гречихи, не проходящие через сито из решетчатого полотна с продолговатыми отверстиями 1,6x20 мм; цвет – коричневый с разными оттенками; запах и вкус - свойственный гречневой крупе, без посторонних запахов, не затхлый, без посторонних привкусов, не кислый, не горький¹⁵.

6.7. Макароны изделия – цвет белый с желтоватым оттенком, цвет изделий с использованием дополнительного сырья изменяется в зависимости от вида этого сырья; форма - соответствует типу изделий; вкус и запах - свойственный данному изделию, без постороннего вкуса и запаха¹⁶.

7. Мед пчелиный - внешний вид (консистенция) жидкий, частично или полностью закристаллизованный; аромат приятный, от слабого до сильного, без постороннего запаха; вкус сладкий, приятный, без постороннего привкуса¹⁷.

8. Чай черный байховый – внешний вид листового чая - однородный, ровный, хорошо скрученный, аромат нежный, вкус – соответствующий чаю, без постороннего запаха и привкуса¹⁸.

9. Какао-порошок – цвет от светло-коричневого до темно-коричневого цвета; не допускается серый оттенок; при растирании между пальцами не оставляет ощущения крупинки; вкус и аромат - свойственные какао-порошку, без посторонних привкусов и запахов¹⁹.

10. Соль йодированная - сыпучий продукт, без посторонних механических примесей; вкус соленый, без постороннего привкуса; цвет белый, бежевый или серый с оттенками других цветов в зависимости от происхождения и способа производства соли, без посторонних запахов²⁰.

11. Сахар – сыпучий продукт, без посторонних механических примесей; вкус сладкий, цвет белый, без посторонних запахов²¹.

¹³ ГОСТ 7022 «Крупа манная. Технические условия».

¹⁴ ГОСТ 6002 «Крупа кукурузная. Технические условия».

¹⁵ ГОСТ Р 55290 «Крупа гречневая. Общие технические условия».

¹⁶ ГОСТ 31743 «Изделия макаронные. Общие технические условия».

¹⁷ ГОСТ 19792 «Мед натуральный. Технические условия».

¹⁸ ГОСТ 32573 «Чай черный. Технические условия».

¹⁹ ГОСТ 108 «Какао-порошок. Технические условия».

²⁰ ГОСТ Р 51574 «Соль поваренная пищевая. Технические условия».

²¹ ГОСТ 33222 «Сахар белый. Технические условия».

**Приложение 5
к Пособию**

НУТРИЕНТНЫЕ ПРОФИЛИ ОТДЕЛЬНЫХ БЛЮД

Таблица 1

Чай с медом/чай с сахаром

Показатель	Сравнительная характеристика блюд			
	Чай с медом		Чай с сахаром	
	На одну порцию	% от рекомендуемой величины за сутки	На одну порцию	% от рекомендуемой величины за сутки
Энергетическая ценность (ккал)	38,3	1,5-1,8%	26,8	1-1,3%
Белки (г)	0,4	0,4-0,5%	0,2	0,2-0,3%
Углеводы (г)	9	2,5-3,2%	6,4	1,8-2,2%
Mg (мг)	4,9-6,0	2,2%	3,8	1,5%
P (мг)	10,4-11,0	1%	7,2	0,65%
I (мкг)	0,2-0,3	0,23%	0	0%
Витамин С (мг)	1,2-4,6	11,3%	0,04	0,06%
Витамин В2 (мг)	0,02	0,7%	0	0%

Таблица 2

Чай с молоком и стевией/чай с молоком и сахаром

Показатель	Сравнительная характеристика блюд			
	Чай с молоком и стевией		Чай с молоком и сахаром	
	На одну порцию	% от рекомендуемой величины за сутки	На одну порцию	% от рекомендуемой величины за сутки
Энергетическая ценность (ккал)	33,9	1,3-1,60%	53,5	2,07-2,53%
Углеводы (г)	3,7	1,04-1,27%	8,6	2,4-2,95%
Fe (мг)	0,76	6,33%	0,78	6,50%

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. А. Тутельян. Химический состав и калорийность российских продуктов питания: Справочник.-М.: ДеЛи плюс, 2012.- 284 с.
2. Химический состав российских пищевых продуктов. Под редакцией член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. - Москва, 2002.-236с.
3. Химический состав и энергетическая ценность пищевых продуктов: справочник МакКанса и Уиддоусона /пер. с англ. Под общ. Ред. д-ра мед. наук А.К. Батурина.- СПб.: Профессия. 2006.- 416с.
4. Химия пищевых продуктов: научное издание / ред., сост.: Ш. Дамодаран, К. Л. Паркин, О. Р. Феннема. - СПб.: Профессия, 2012 - 1040 с.: ил. - Пер. с англ. - ISBN978-5-904757-24-3.
5. Таблицы калорийности, пищевой ценности и химического состава продуктов питания и готовых блюд /https://health-diet.ru/table_calorie/.
6. Калорийность и состав наиболее часто употребляемых продуктов (Под ред. И. М. Скурихина, М. Н. Волгарева) / <https://www.d-slim.ru/tablica-kalorijnosti-produktov.htm>.
7. Большой справочник калорийности продуктов питания и блюд /<https://pbprog.ru/databases/foodmeals/>.
8. Химический состав импортных пищевых продуктов/база данных "Химический состав пищевых продуктов, используемых в Российской Федерации / http://web.ion.ru/food/FD_tree_grid.aspx.
9. Химический состав импортных пищевых продуктов <https://lektsia.com/1x181a.html>.
10. Федеральный закон от 01.03.2020 № 47-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов».
11. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
12. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
13. МР 2.4.0162-19 «Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании»;
14. МР 2.4.5.0146-19 «Организация питания детей, проживающих в Арктической зоне»;
15. МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации горячего питания обучающихся общеобразовательных организаций».
16. МР 2.4.0180-20 «Родительский контроль за организацией горячего питания детей в общеобразовательных организациях».
17. ГОСТ 30390-2013. Межгосударственный стандарт. Услуги общественного питания. Продукция общественного питания, реализуемая населению. Общие технические условия.

18. ГОСТ 32692-2014. Межгосударственный стандарт. Услуги общественного питания. Общие требования к методам и формам обслуживания на предприятиях общественного питания.

19. ГОСТ 31985-2013. Межгосударственный стандарт. Услуги общественного питания. Термины и определения.

20. ГОСТ 31986-2012 Услуги общественного питания. Метод органолептической оценки качества продукции общественного питания.

Содержание

I. ВВЕДЕНИЕ	3
II. РЕЦЕПТУРЫ БЛЮД	4
3.1 ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА	4
3.2 ПЕРВЫЕ БЛЮДА	40
3.3 БЛЮДА ИЗ КРУП - КАШИ	79
3.4 ГАРНИРЫ	114
3.5 БЛЮДА ИЗ ЯИЦ И ТВОРОГА	151
3.6 БЛЮДА ИЗ РЫБЫ	172
3.7. БЛЮДА ИЗ МЯСА	194
3.8 СОУСЫ	273
3.9 ГОРЯЧИЕ НАПИТКИ	281
3.10 ХОЛОДНЫЕ НАПИТКИ	326
3.11 МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	354
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	371
МЕНЮ ПЯТИРАЗОВОЕ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ	371
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	405
МЕНЮ ЧЕТЫРЕХРАЗОВОЕ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ	405
ПРИЛОЖЕНИЕ 3	435
ХАРАКТЕРИСТИКИ КАЧЕСТВА ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ, ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД МЕНЮ В ОРГАНИЗАЦИЯХ С КРУГЛОСУТОЧНЫМ РЕЖИМОМ ПРЕБЫВАНИЯ, ОРГАНИЗАЦИЯХ ОТДЫХА ДЕТЕЙ И ИХ ОЗДОРОВЛЕНИЯ (ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В ЕЖЕДНЕВНОЙ РАБОТЕ И ПРИ ПОДГОТОВКЕ КОНКУРСНОЙ (КОНТРАКТНОЙ) ДОКУМЕНТАЦИИ)	435
ПРИЛОЖЕНИЕ 4	445
ХАРАКТЕРИСТИКИ КАЧЕСТВА ОСНОВНЫХ ГРУПП ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ (ДЛЯ БРАКЕРАЖА СЫРОЙ ПРОДУКЦИИ)	445
ПРИЛОЖЕНИЕ 5	448
НУТРИЕНТНЫЕ ПРОФИЛИ ОТДЕЛЬНЫХ БЛЮД	448
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	449