

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 282

Код по ОКУД

№ рецептуры

282

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Котлеты из говядины  
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт,

**Состав:**

Наименование продуктов	Единица измерения	Брутто	Нетто
Говядина 1 кат.	кг	0,065	0,059
Молоко пастеризованное 3,5% жирности	кг	0,015	0,015
Хлеб пшеничный	кг	12 (г)	0,012
Яйцо куриное целое	шт	40гр	0,343
Соль поваренная пищевая	кг	0,001	0,001
Масло подсолнечное	кг	0,001	0,001
Мука пшеничная высшего сорта	кг	0,001	0,001
Выход готового блюда	кг	0,001	0,001
		80	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления: подготовленное мясо котлетное нарезают на куски, измельчают на мясорубке вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в молоке или воде, добавляют соль поваренную йодированную, тщательно перемешивают и формируют котлеты непанированные, которые укладывают на противень, предварительно смазанный маслом сливочным, запекают в духовом шкафу или в пароконвектомате (в режиме «жар-пар») при температуре 250-280°C. в течение 15 минут.

Температура подачи: 65±5°C.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	141	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	
Белки (г)	5	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	
Жиры (г)	6	ВитаминС (г)		Магний (г)	42
Углеводы (г)	4	ВитаминРР (г)	2	Фосфор (г)	10
Витамина А (г)		ВитаминЕ (г)	1	Железо (г)	58



Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 283**

Код по ОКУД

№ рецептуры

283

Наименование блюда

Котлеты из кур

Источник рецептуры

Поляковский Ю.И."Сборник технологических карточек,рецептур блюд и кулинарных изделий

для дошкольных образовательных и детских оздоровительных учрежде

**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Филе куриное	кг	0,065	0,059
Молоко пастеризованное 3,5% жирности	кг	0,019	0,019
Хлеб пшеничный	кг	14 (г)	0,014
Мука пшеничная 1 сорта	кг	0,007	0,0069
Яйцо куриное целое	шт40гр	0,143	0,1429
Масло подсолнечное	кг	0,002	0,002
Выход готового блюда		80	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления: подготовленную мякоть птицы без кожи нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку. Измельченное мясо птицы соединяют с замоченным в молоке хлебом пшеничным, добавляют соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу разделяют на котлеты, укладывают на предварительно смазанный маслом сливочным противень, сбрызгивают растопленным маслом сливочным и запекают в духовом шкафу или в пароконвектомате (в режиме «жар-пар») при температуре 250-280°С. в течение 15 минут. , н  
Температура подачи: 65±5°С.  
Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	124	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	101
Белки (г)	17	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	15
Жиры (г)	17	ВитаминС (г)	5	Фосфор (г)	110
Углеводы (г)	13	ВитаминРР (г)	2	Железо (г)	1
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)			

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 286**

Код по ОКУД

№ рецептуры

286

Наименование блюда

Тефтели мясные

Источник рецептуры

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт,

**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Говядина 1 кат.	кг	0,07	0,051
Молоко пастеризованное 3,5% жирности	кг	0,016	0,016
Хлеб пшеничный	кг	10 (г)	0,01
Соль поваренная пищевая	кг	0,001	0,001
Масло подсолнечное	кг	0,001	0,001
Мука пшеничная высшего сорта	кг	0,004	0,004
Лук	кг	0,02	0,016
Выход готового блюда		80	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Котлетную массу дважды пропускают через мясорубку, добавляют измельченный припущенный репчатый лук, перемешивают и формируют в виде ша-риков по 3-4 шт. на порцию, па-нируют в муке, запекают 6-8 мин до полуготовности, заливают соусом сметанным с луком с добавлением воды (12-16 г на порцию) и тушат 8-10 мин до готовности.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	160	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	
Белки (г)	5	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	42
Жиры (г)	6	ВитаминС (г)	2	Магний (г)	10
Углеводы (г)	4	ВитаминРР (г)	1	Фосфор (г)	58
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 304**

Код по ОКУД

№ рецептуры

304

Наименование блюда

Плов из птицы

Источник рецептуры

Организация детского питания в дошкольных учреждениях:  
Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ  
–МИПКРО, 2003.

**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Рис	кг	0,045	0,045
Куры 1 кат.	кг	0,07	0,06
Морковь	кг	0,02	0,015
Лук	кг	0,02	0,015
Масло сливочное	кг	0,007	0,007
Масло подсолнечное	кг	0,004	0,004
Соль поваренная пищевая	кг	0,001	0,001
Выход готового блюда		180	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

ясо нарезают кубиками. Затем мясо обжаривают до образования мягкой румяной корочки. Рис перебрать, вымыть, замочить на 1,5-2 часа в под-соленной воде комнатной температуры. Лук репчатый нарезать соломкой, ошпарить и слегка пассеровать с морковью на растительном масле (на диету № 5 припустить). Залить овощи горячей водой, равной по весу замоченному рису, довести до кипения, добавить рис, варить при слабом кипении до загустения.

Плов упаривают на водяной бане на краю плиты при закрытой крышке или в пароварочном шкафу.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Белки (г)	15	ВитаминPP (г)	7	Кальций (г)	42
ВитаминЕ (г)		ВитаминС (г)	3	Магний (г)	71
Витамина (г)		Железо (г)	2	Натрий (г)	447
ВитаминВ1 (г)		Жиры (г)	21	Углеводы (г)	30
ВитаминВ2 (г)		Калорийность (Ккал)	214	Фосфор (г)	266

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7025.01**

Наименование блюда Курица тушеная  
 Источник рецептуры \_\_\_\_\_

Код по ОКУД \_\_\_\_\_  
 № рецептуры \_\_\_\_\_

**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	нетто
Куры 1 кат.	кг	0,065	0,06
Соль поваренная пищевая	кг	0,0002	0,0002
Морковь	кг	0,01	0,01
Лук	кг	0,01	0,01
Масло подсолнечное	кг	0,002	0,002
Томатная паста	кг	0,001	0,001
Выход готового блюда		80	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления: подготовленное филе птицы нарезают кусочками весом 15-20 г, закладывают в горячую воду, быстро доводят до кипения, снимают с поверхности бульона пену, добавляют соль, и варят в закрытой посуде до готовности. Соединяют с припущенной томат-пастой и тушат в течение 5-10 мин. Картофель свежий помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течение 5-7 минут, отвар сливают. Бульон, оставшийся после тушения, сливают и готовят на нем соус красный основной, которым заливают тушеные куски мяса птицы, добавляют нарезанный кубиками картофель, припущенные в небольшом количестве бульона с добавлением масла сливочного нарезанную соломкой морковь, лук репчатый и тушат в закрытой посуде при слабом кипении в течение 15-20 мин до готовности. Отпускают рагу вместе с соусом и гарниром. Температура подачи: 65±5°C.  
 Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	174	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	6
Белки (г)	4	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	10
Жиры (г)	5	ВитаминС (г)	2	Фосфор (г)	36
Углеводы (г)	3	ВитаминРР (г)	2	Железо (г)	1
Витамина А (г)		ВитаминЕ (г)			

Утверждаю: \_\_\_\_\_

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7061**Код по ОКУД  
№ рецептурыНаименование блюда Биточки из говядины  
Источник рецептуры \_\_\_\_\_**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Говядина 1 кат.	кг	0,065	0,059
Молоко пастеризованное 3,5% жирности	кг	0,015	0,015
Хлеб пшеничный	кг	12 (г)	0,012
Яйцо куриное целое	шт40гр	0,343	0,343
Соль поваренная пищевая	кг	0,001	0,001
Масло подсолнечное	кг	0,001	0,001
Мука пшеничная высшего сорта	кг	0,001	0,001
Выход готового блюда		80	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления: подготовленное мясо котлетное нарезают на куски, измельчают на мясорубке вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в молоке или воде, добавляют соль поваренную йодированную, тщательно перемешивают и формируют котлеты непанированные, которые укладывают на противень, предварительно смазанный маслом сливочным, запекают в духовом шкафу или в пароконвектомате (в режиме «жар-пар») при температуре 250-280°C. в течение 15 минут.

Температура подачи: 65±5°C.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	141	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	
Белки (г)	5	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	42
Жиры (г)	6	ВитаминС (г)	2	Магний (г)	10
Углеводы (г)	4	ВитаминРР (г)	1	Фосфор (г)	58
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	

Утверждаю: \_\_\_\_\_

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 279**

Код по ОКУД

№ рецептуры

279

Наименование блюда

Биточки рубленые из птицы

Источник рецептуры

Поляковский Ю.И."Сборник технологических карточек,рецептур  
блюд и кулинарных изделийдля дошкольных образовательных и детских оздоровительных  
учрежде**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Филе куриное	кг	0,065	0,059
Молоко пастеризованное 3,5% жирности	кг	0,019	0,019
Хлеб пшеничный	кг	14 (г)	0,014
Мука пшеничная 1 сорта	кг	0,007	0,0069
Яйцо куриное целое	шт40гр	0,143	0,1429
Масло подсолнечное	кг	0,002	0,002
Выход готового блюда		80	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления: подготовленную мякоть птицы без кожи нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку. Измельченное мясо птицы соединяют с замоченным в молоке хлебом пшеничным, добавляют соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу разделяют на котлеты, укладывают на предварительно смазанный маслом сливочным противень, сбрызгивают растопленным маслом сливочным и запекают в духовом шкафу или в пароконвектомате (в режиме «жар-пар») при температуре 250-280°С. в течение 15 минут. , н  
Температура подачи: 65±5°С.  
Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	124	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	101
Белки (г)	17	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	15
Жиры (г)	17	ВитаминС (г)	5	Фосфор (г)	110
Углеводы (г)	13	ВитаминРР (г)	2	Железо (г)	1
Витамина А (г)		ВитаминЕ (г)			

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 279**Наименование блюда  
Источник рецептурыКотлеты или биточки рыбные  
Поляковский Ю.И."Сборник технологических карточек,рецептур  
блюд и кулинарных изделийКод по ОКУД  
№ рецептуры

279

для дошкольных образовательных и детских оздоровительных  
учрежде**Состав:**

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Минтай	0,065	0,065
Масло сливочное	кг 0,008	0,008
Соль поваренная пищевая	кг 0,001	0,001
Хлеб пшеничный	кг 18 (г)	0,018
Молоко пастеризованное 3,2% жирности	0,025	0,025
Выход готового блюда	100	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

подготовленное филе рыбное без кожи и костей промывают, дают стечь воде, нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке или воде хлебом пшеничным черствым, добавляют соль поваренную йодированную, эмульсию вкусо-ароматическую, предварительно разведенную в воде в соотношении 120-50, тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, панируют в сухарях, обжаривают с двух сторон на сковороде в нагретом масле сливочном в течение 10 мин, затем котлеты или биточки выкладывают на противень, смазанный маслом, и доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре от 250 до 280 °С в течение 5-8 мин.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	422	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	495
Белки (г)	13	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	67
Жиры (г)	7	ВитаминС (г)	1	Магний (г)	47
Углеводы (г)	13	ВитаминРР (г)	1	Фосфор (г)	202
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	1

Утверждаю:



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 59.01**

Код по ОКУД

№ рецептуры

59,1

Наименование блюда

Плов с говядиной

Источник рецептуры

Организация детского питания в дошкольных учреждениях:  
Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ  
–МИПКРО, 2003.

**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Рис	кг	0,04	0,04
Масло сливочное	кг	0,005	0,005
Соль поваренная пищевая	кг		0,00025
Говядина 1 кат.	кг	-	0,06
Лук	кг	0,015	0,015
Морковь	кг	0,03	0,03
Масло подсолнечное	кг	0,005	0,005
Выход готового блюда		180	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Мясо нарезают кубиками. Затем мясо обжаривают до образования мягкой румяной корочки. Рис перебрать, вымыть, замочить на 1,5-2 часа в под-соленной воде комнатной температуры. Лук репчатый нарезать соломкой, ошпарить и слегка пассеровать с морковью на растительном масле (на диету № 5 припустить). Залить овощи горячей водой, равной по весу замоченному рису, довести до кипения, добавить рис, варить при слабом кипении до загустения.

Плов упаривают на водяной бане на краю плиты при закрытой крышке или в пароварочном шкафу.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	377	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	
Белки (г)	2	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	1
Жиры (г)	4	ВитаминС (г)		Магний (г)	12
Углеводы (г)	19	ВитаминРР (г)		Фосфор (г)	40
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 56**

Код по ОКУД

№ рецептуры

56

Наименование блюда

Гуляш из курицы

Источник рецептуры

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.

**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Куры 1 кат.	кг	0,07	0,06
Соль поваренная пищевая	кг	0,00024	0,00024
X Лук	кг		
Лук	кг	0,018	0,015
X Морковь	кг		
Морковь	кг	-	0,015
Томатная паста	кг	0,012	0,012
Масло подсолнечное	кг	0,005	0,005
Мука пшеничная 1 сорта	кг	0,004	0,004
Выход готового блюда		45/45	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления: овощи промывают проточной водой в течение 5 минут. Подготовленное мясо нарезают на куски массой нетто 1-1,5 кг, толщиной 8 см, закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Готовое вареное мясо охлаждают и нарезают кубиками (3-4 кусочка на порцию). Очищенные морковь и лук репчатый нарезают мелкой соломкой и припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла сливочного в течение 5-10 мин. Из подсушенной муки пшеничной, томат-пасты и бульона готовят соус. Гуляш отпускают вместе с соусом, в котором он тушился. Зелень петрушки добавить в конце варки гуляша и довести до кипения.

Температура подачи: 65±5°С.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	168	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	5
Белки (г)	14	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	
Жиры (г)	17	ВитаминС (г)		Магний (г)	
Углеводы (г)	7	ВитаминРР (г)		Фосфор (г)	3
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 56**Наименование блюда  
Источник рецептурыГуляш куриный с овощами  
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания  
детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и  
Т.В. Тутельяна. –  
М.: ДеЛи принт,Код по ОКУД  
№ рецептуры


**Состав:**

Наименование продуктов	Единица измерения	Брутто	Нетто
Куры 1 кат.	кг	0,117	0,1
Соль поваренная пищевая	кг	0,0001	0,0001
Томатная паста	кг	0,005	0,005
Мука пшеничная 1 сорта	кг	0,005	0,005
Морковь	кг	0,01	0,008
Лук	кг	0,012	0,01
Масло сливочное	кг	0,005	0,005
Выход готового блюда			80

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Отварное мясо отделяют от костей нарезают кубиками, соединяют с припущенной морковью, мелко нашинкованным бланшированным репчатым луком, с томатным пюре, заливают отвар в котором варилось мясо, добавляют соль и тушат 10-15 минут.  
Отпускают с соусом, в котором тушилось мясо.

**Требования к оформлению и подаче блюд:**

Требования к качеству:  
Внешний вид: небольшие порционные кусочки политы соусом, гарнир расположен сбоку. Консистенция: мяса – сочная, мягкая.  
Цвет: мяса – светлый, свойственный овощам и соусу. Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	173	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	5
Белки (г)	14	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	
Жиры (г)	11	ВитаминС (г)		Магний (г)	
Углеводы (г)	4	ВитаминРР (г)		Фосфор (г)	3
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	

Утверждаю:

---



---