

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 200

Код по ОКУД

№ рецептуры

200

Наименование блюда
Источник рецептурыКапуста тушеная
Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка**Состав:**

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Капуста белокачанная	0,19	0,162
Морковь	0,025	0,025
Лук	0,02	0,02
Томатная паста	0,005	0,005
Соль поваренная пищевая	0,003	0,003
Масло подсолнечное	0,005	0,005
Мука пшеничная 1 сорта	0,005	0,005
Выход готового блюда	200	

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: очищенные овощи промывают в проточной воде, нарезанную соломкой капусту белокачанную свежую кладут в котел слоем не более 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), масло сливочное, томат-пасту, припущенную в небольшом количестве воды в течение 5-7 мин, и тушат при периодическом помешивании до полуготовности. Если капуста свежая горчит, ее перед тушением бланшируют в течение 3-5 мин.

Температура подачи: 65±5°C.

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

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	213	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	49
Белки (г)	1	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	21
Жиры (г)	5	ВитаминС (г)	10	Фосфор (г)	41
Углеводы (г)	6	ВитаминРР (г)	1	Железо (г)	1
Витамина А (г)		ВитаминЕ (г)			

Утверждаю



Директор
 МОУ, Бутринская СОШ
 Красильников И.С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 318

Код по ОКУД
№ рецептуры

318

Наименование блюда: Картофель отварной
 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
Картофель	кг	0,15 (кг)	0,15
Масло сливочное	кг	-	0,005
Соль поваренная пищевая	кг	0,0002	0,0002
Выход готового блюда		150	

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: картофель промывают проточной водой, заливают кипятком и проваривают 5-7 минут, после чего отвар сливают. Затем картофель заливают кипящей подсоленной водой (0,6-0,7 л воды на 1 кг картофеля) и варят в течение 25-30 минут до готовности.

Температура подачи: 65±5°C.

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

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	146	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	15
Белки (г)	4	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	33
Жиры (г)	8	ВитаминС (г)	31	Фосфор (г)	84
Углеводы (г)	24	ВитаминРР (г)	2	Железо (г)	1
Витамина А (г)		ВитаминЕ (г)			



*Директор
 МКОУ «Бужинская СОШ»
 Убрашнев А.Т.*

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 321Наименование блюда
Источник рецептурыПюре картофельное
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

321

Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Картофель	кг	0,142 (кг)	0,142
Молоко пастеризованное 3,5% жирности	кг	0,039	0,039
Масло сливочное	кг	0,005	0,00525
Соль поваренная пищевая	кг	0,0008	0,0008
Выход готового блюда		150	

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: картофель промывают проточной водой, заливают кипятком и проваривают 5-7 минут, после чего отвар сливают. Затем картофель заливают кипящей подсоленной водой (0,6-0,7 л воды на 1 кг картофеля) и варят в течение 25-30 минут до готовности. Затем сливают воду, картофель подсушивают, горячий картофель пропускают через протирочную машину, добавляют в 2-3 приема кипяченое молоко, прокипяченное масло сливочное и тщательно перемешивают.

Температура подачи: 65±5°C.

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

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	282	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	23
Белки (г)	5	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	49
Жиры (г)	13	ВитаминС (г)	46	Фосфор (г)	126
Углеводы (г)	36	ВитаминРР (г)	4	Железо (г)	2
Витамина А (г)		ВитаминЕ (г)			

Утверждаю:



Директор
МКОУ «Зутринская СОШ»
М.П. Крашinsky И.Т.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 204Наименование блюда
Источник рецептурыМакаронные изделия отварные с маслом
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания
детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и
Т.В. Тутьяна. –
М.: Дели принт,

Код по ОКУД

№ рецептуры

204

Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Макароны	кг	0,04	0,04
Соль поваренная пищевая	кг	0,001	0,001
Масло сливочное	кг	0,005	0,005
Выход готового блюда		150	

Технология приготовления и оформления блюда:

Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 30 г соли).
Макароны варят 20-30 мин, лапшу – 20-25 мин, вермишель – 10 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывают воду, в результате чего их масса увеличивается примерно в 3 раза (в зависимости от сорта).
Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом (1/3 -1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид: макаронные изделия сохраняют форму, легко отделяются друг от друга
Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная
Цвет: белый с кремовым оттенком
Вкус: свойственный отварным макаронам, умеренно соленый
Запах: отварных макаронных изделий

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	213	Витамин В1 (г)		Натрий (г)	
Белки (г)	5	Витамин В2 (г)		Кальций (г)	3
Жиры (г)	9	Витамин С (г)		Магний (г)	5
Углеводы (г)	30	Витамин РР (г)	3	Фосфор (г)	21
Витамина А (г)		Витамин Е (г)		Железо (г)	5



Директор
МБОУ «Бутринская СОШ»
И.С. Брагинский

