

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -
детский сад № 148**

Юридический адрес: 620103, Свердловская область, г.Екатеринбург, ул.Латышская, 90
Тел.(34)256-94-04, E-mail: mdou148@eduekb.ru, сайт: <https://148.tvoysadik.ru/>

Обед



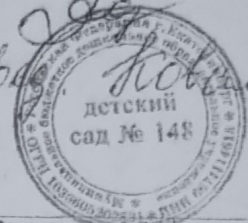
Утверждаю

Технологическая карта № 7.500

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед

Заведующая
Ковалева ОА
детский сад № 148



Состав	Ясли	Дети	Сотрудники	Сотрудники 1 блю	Сотрудники 2 блю	Others	
	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 12 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто
Аскорбиновая кислота	35 35	50 50	50 50	50 50	50 50	50 50	50 50
Выход блюда:	35	50	50	50	50	50	50

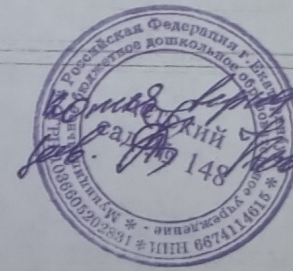
Технология приготовления:

Аскорбиновую кислоту ввести в третье блюдо (компот или кисель) после его охлаждения до температуры 15 С для компота и 35 С для киселя непосредственно перед реализацией. Витаминизированное блюдо не подогревать.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)
грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
0,00	0,00	0,00	0,00

Заведующая
Ковалева ОА
детский сад № 148



Технологическая карта № 7.417



Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Салат из морской капусты со сладким перцем и огурцом с растит.маслом**

Состав	Ясли						Дети							
	5 д 10,5 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто
Капуста морская	13.33	13.33	13.33	13.33	13.33	13.33	22.22	22.22	22.22	22.22	22.22	22.22	22.22	22.22
Масло растительное	2.31	2.31	2.31	2.31	2.31	2.31	3.85	3.85	3.85	3.85	3.85	3.85	3.85	3.85
Огурцы свежие	10.59	9	10.59	9	10.59	9	17.65	15	17.65	15	17.65	15	17.65	15
Перец свеж	8.16	6.12	8.16	6.12	8.16	6.12	13.6	10.2	13.6	10.2	13.6	10.2	13.6	10.2
Выход блюда:	30		30		30		50		50		50		50	

Технология приготовления:

Готовую отварную морскую капусту промышленного производства выкладывают в емкость. Свежие огурцы промыть, нарезать дольками. Перец сладкий очистить от плодоножки и семян, промыть и нарезать соломкой. Готовые овощи перемешать с капустой и заправить растительным маслом. (Допускается использование морской капусты маринованной (без уксуса и острых приправ))

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
0,93	12,17	5,70	132,94

Технологическая карта № 7.н101-1



Сборник ТК для питания детей

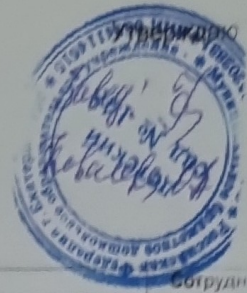
Наименование блюда (изделия): Суп картофельный с мясом птицы

Состав	Ясли				Дети			
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто
Вода	105 105	105 105	105 105	105 105	140 140	140 140	140 140	140 140
Картофель(с 01.01 по 28.02)	63.46 41.25	63.46 41.25	63.46 41.25	63.46 41.25	84.62 55	84.62 55	84.62 55	84.62 55
Картофель(с 01.03 по 31.08)	68.75 41.25	68.75 41.25	68.75 41.25	68.75 41.25	91.67 55	91.67 55	91.67 55	91.67 55
Картофель(с 01.09 по 31.10)	55 41.25	55 41.25	55 41.25	55 41.25	73.33 55	73.33 55	73.33 55	73.33 55
Картофель(с 01.11 по 31.12)	58.93 41.25	58.93 41.25	58.93 41.25	58.93 41.25	78.57 55	78.57 55	78.57 55	78.57 55
Лук	8 6.72	7.5 6.3	7.5 6.3	8 6.72	10 8.4	10 8.4	10 8.4	10 8.4
Лук зеленый	1 1	0.75 0.75	0.75 0.75	1 1	1 1	1 1	1 1	1 1
Масло растительное	1 1	1.5 1.5	1.5 1.5	1 1	2 2	2 2	2 2	2 2
Морковь(с 01.01 по 31.07)	8 6	8 6	8 6	8 6	10.67 8	10.67 8	10.67 8	10.67 8
Морковь(с 01.08 по 31.12)	7.5 6	7.5 6	7.5 6	7.5 6	10 8	10 8	10 8	10 8
Петрушка зелень	1 1	0.75 0.75	0.75 0.75	1 1	1 1	1 1	1 1	1 1
Укроп зелень	1 1	0.75 0.75	0.75 0.75	1 1	1 1	1 1	1 1	1 1
Филе птицы	17 16.32	18.75 18	18.75 18	17 16.32	25 22.75	25 24	25 22.75	25 22.75
Выход блюда:	150	150	150	150	200	200	200	200

Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками. Добавляют припущенную с растительным маслом морковь, бланшированный и пассированный репчатый лук. Варят до готовности. Добавляют соль, зелень и доводят до кипения. Отварное мясо, разрезанное на кусочки, раскладывают по тарелкам. Температура подачи 65 С.

Технологическая карта № 7.н190-1с



Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Гуляш из мяса кури.

Состав	Ясли						Дети		Сотрудники
	5 д 10,5 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 10,5 ч
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	
Бульон	51 51	51 51	51 51	65 65	65 65	65 65	65 65	65 65	
Лук	11 9.24	11 9.24	11 9.24	12 10.08	12 10.08	12 10.08	12 10.08	12 10.08	
Масло растительное	1.5 1.5	1.5 1.5	1.5 1.5	2 2	2 2	2 2	2 2	2 2	
Мука	2 2	2 2	2 2	3 3	3 3	3 3	2 2	2 2	
Филе птицы	88 80.08	88 80.08	88 80.08	110 100.1	110 100.1	110 100.1	110 100.1	110 100.1	
Выход блюда:	80	80	80	100	100	100	100	100	

Технология приготовления:

Мясо филе отварить, нарезать на мелкие кусочки. Лук спассеровать на растительном масле до золотистого цвета. Муку пассеруют, постепенно разводят охлажденным до 55 С бульоном, проваривают 7 - 10 минут. Процеживают. Приготовленным соусом заливают мясо кури, добавляют пассерованный лук и тушат 15 минут. Отпускают вместе с соусом, в котором тушилось мясо. Температура подачи 65 С.

Органолептические показатели:

Органолептические показатели.
мясо нарезано кубиками 20 - 30 г, тушеное с луком.
Консистенция мяса - мягкая, сочная. соуса - однородная.
умеренно - соленый, с ароматом тушеной курицы с жареным луком.

Внешний вид:
Цвет: светло-желтый.
Вкус и запах:

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

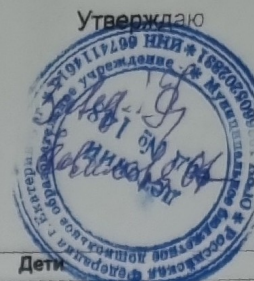
грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
20,44	3,88	2,69	137,97

Технологическая карта № 7.н076/1

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Каша гречневая рассыпчатая



Состав	Ясли				Дети		
	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 12 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 24 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	6 д 12 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 24 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	6 д 12 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто
Вода	84 84	84.92 84.92	84.92 84.92	84 84	106.15 106.15	106.15 106.15	106.15 106.15
Греча	36 36	41.54 41.54	41.54 41.54	36 36	51.92 51.92	51.92 51.92	51.92 51.92
Масло сливочное	3.6 3.6	3.7 3.7	3.7 3.7	3.6 3.6	4.62 4.62	4.62 4.62	4.62 4.62
Выход блюда:	120	120	120	120	150	150	150

Технология приготовления:

Крупу перебрать, промыть. В кипящую воду положить соль, всыпать подготовленную крупу и варить до загустения, периодически помешивая. Когда каша загустеет, довести до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. Сливочное масло растопить в эмалированной посуде, прокипятить, добавить в готовую кашу и все тщательно перемешать. Содержание в сырьевом наборе на выход 100 гр каши составляет 105 гр, на выход 130 гр - 136 гр.

Потери при тепловой обработке 4 %.

Органолептические показатели:

Зерна крупы хорошо набухшие, разварены. Консистенция зерен мягкая. Цвет светло-коричневый. Вкус и запах свойственные набору продуктов без признаков вкуса пригорелой каши.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
3,53	3,21	21,72	125,15

Технологическая карта № 7.5/10/1

Утверждаю



Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Компот из чернослива и изюма 180 гр

Состав	Ясли				Дети									
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто
Вода	189	189	189	189	189	189	189	189	189	189	189	189	189	189
Изюм	3.6	3.6	3.6	3.6	3.6	3.6	3.6	3.6	3.6	3.6	3.6	3.6	3.6	3.6
Сахар	13.5	13.5	13.5	13.5	13.5	13.5	13.5	13.5	12	12	12	12	13.5	13.5
Чернослив	10.8	10.8	10.8	10.8	10.8	10.8	10.8	10.8	10.8	10.8	10.8	10.8	10.8	10.8
Выход блюда:	150		150		150		150		180		180		180	

Технология приготовления:

Сушеные фрукты перебирают, сортируют по видам и тщательно промывают. Чернослив нарезают, заливают кипятком и варят 10 мин, затем добавляют изюм, сахар и варят еще 8-10 мин. при слабом кипении. Готовый компот охлаждают. В дошкольных организациях дополнительно проводят искусственную С-витаминацию. Для чего вводят аскорбиновую кислоту в кисель после его охлаждения до температуры не выше 15 С (перед реализацией). Для детей 1-3 лет - мг3 3-6 лет - 50 мг на 1 порцию. Внешний вид - вареные сухофрукты сохранили форму, залиты сиропом (отваром). Цвет - свойственный вареным сухофруктам, отвар от желтого до светло-коричневого разной интенсивности. Консистенция - жидкой части (отвара) - прозрачная, в которой может быть незначительное количество осадка. Запах - свойственный для вареных сухофруктов, без постороннего. Вкус - характерный для вареных сухофруктов кисло-сладкий.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
0,19	0,00	14,05	57,82

Технологическая карта № 003

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Хлеб ржаной 40 гр



Состав	Дети	4 часа	Сотрудники	Сотрудники 1	Сотрудники 2	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто
	5 д 10,5 ч	5 д 4 ч	5 д 10,5 ч	5 д 10,5 ч	5 д 10,5 ч	
Хлеб ржаной	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40

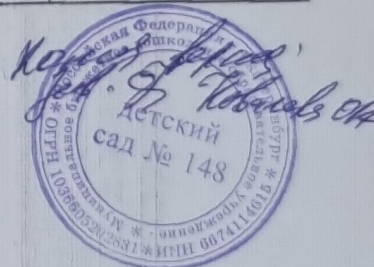
Выход блюда:	40	40	40	40	40	40
--------------	----	----	----	----	----	----

Технология приготовления:

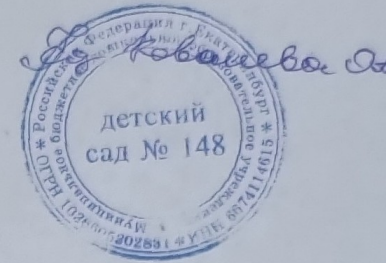
Хлеб ржаной нарезают ломтиками толщиной 1,0 - 1,5 см.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)
грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
6,60	1,20	41,80	181,00



Утверждаю



Технологическая карта № 7.050

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Хлеб пшеничный 20 гр

Состав	Ясли	Дети	Сотрудники	Сотрудники 1 блю	Сотрудники 2 блю	Others
	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 4 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто
Хлеб пшеничный	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20

Выход блюда:	20	20	20	20	20	20
--------------	----	----	----	----	----	----

Технология приготовления:

Хлеб пшеничный нарезают ломтиками.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)
грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
7,60	0,90	50,10	231,00