

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



Технологическая карта № 7.19/1/1

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом 50 гр.



Состав	Ясли						Дети	
	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	25 20	25 20	25 20	25 20	25 20	25 20	25 20	
Масло растительное	5 5	5 5	5 5	5 5	5 5	5 5	5 5	
Морковь(с 01.01 по 31.07)	28.89 21.67	28.89 21.67	28.89 21.67	28.89 21.67	28.89 21.67	28.89 21.67	28.89 21.67	
Морковь(с 01.08 по 31.12)	27.09 21.67	27.09 21.67	27.09 21.67	27.09 21.67	27.09 21.67	27.09 21.67	27.09 21.67	
Яйцо	0.125 0.125	0.125 0.125	0.125 0.125	0.125 0.125	0.125 0.125	0.125 0.125	0.125 0.125	
Выход блюда:	50	50	50	50	50	50	50	

Технология приготовления:

Морскую капусту отваривают 2-3 мин (консервированную прогревают в собственном соку), морковь моют, очищают, нарезают соломкой или натирают на терке, затем припускают с добавлением воды (20% к массе), охлаждают. Сырые яйца промывают в соответствии с санитарными правилами, варят вкрутую (с момента закипания 10 мин), очищают. Припущенную морковь соединяют с морской капустой, добавляют масло растительное и перемешивают. Яйца укладывают горкой. При отпуске салат можно посыпать мелко нарезанной зеленью (1-2 г). Внешний вид-салат уложен горкой, нарезка сохранена, на поверхности блески масла растительного. Цвет -моркови-оранжевый, морской капусты-темно-зеленый, яйца-свойственный белку и желтку. Консистенция -моркови-мягкая, морской капусты и яйца-упругая, хрустящая. Запах-свойственный для продуктов, входящих в рецептуру, с маслом растительным. Вкус характерный для продуктов, входящих в рецептуру, с маслом растительным.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
2,24	15,20	6,92	169,14

Технологическая карта № 7.044с-1

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Суп овощной на курином бульоне со сметаной



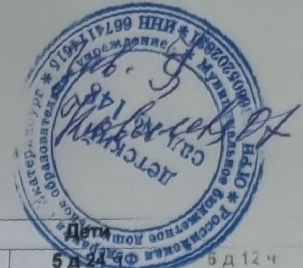
Состав	Ясли				Дети		
	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 24 ч	6 д 12 ч	5 д 10,5 ч	5 д 24 ч	6 д 12 ч
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто
Бульон	120 120	120 120	120 120	120 120	160 160	160 160	160 160
Капуста(с 01.01 по 31.07)	32 19.2	32 19.2	32 19.2	32 19.2	60 36	42.67 25.6	60 36
Капуста(с 01.08 по 31.12)	30 19.2	30 19.2	30 19.2	30 19.2	56.25 36	40 25.6	56.25 36
Картофель(с 01.01 по 28.02)	23.08 15	23.08 15	23.08 15	23.08 15	30.77 20	30.77 20	30.77 20
Картофель(с 01.03 по 31.08)	25 15	25 15	25 15	25 15	33.33 20	33.33 20	33.33 20
Картофель(с 01.09 по 31.10)	20 15	20 15	20 15	20 15	26.67 20	26.67 20	26.67 20
Картофель(с 01.11 по 31.12)	21.43 15	21.43 15	21.43 15	21.43 15	28.57 20	28.57 20	28.57 20
Лук	6 5.04	6 5.04	6 5.04	6 5.04	8 6.72	8 6.72	8 6.72
Масло растительное	1.5 1.5	1.5 1.5	1.5 1.5	1.5 1.5	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
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
Петрушка зелень	1 1	1 1	1 1	1 1	1 1	1.33 1.33	1 1
Сметана	5 5	5 5	5 5	5 5	5 5	6.67 6.67	5 5
Укроп зелень	1 1	1 1	1 1	1 1	1 1	1.33 1.33	1 1
Выход блюда:	150	150	150	150	200	200	200

Технология приготовления:

Технологическая карта № 7.162с

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Плов из отварной курицы



Состав	Ясли													
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 24 ч		5 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	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	101.74 101.74	101.74 101.74	101.74 101.74	101.74 101.74	130 130	130 130	130 130	130 130	130 130	130 130	130 130	130 130	130 130	130 130
Лук	15.65 13.15	15.65 13.15	15.65 13.15	15.65 13.15	20 16.8	20 16.8	20 16.8	20 16.8	20 16.8	20 16.8	20 16.8	20 16.8	20 16.8	20 16.8
Масло растительное	1.57 1.57	1.57 1.57	1.57 1.57	1.57 1.57	2 2	2 2	2 2	2 2	2 2	2 2	2 2	2 2	2 2	2 2
Масло сливочное	6.26 6.26	6.26 6.26	6.26 6.26	6.26 6.26	8 8	8 8	8 8	8 8	8 8	8 8	8 8	8 8	8 8	8 8
Морковь(с 01.01 по 31.07)	28.17 21.13	28.17 21.13	28.17 21.13	28.17 21.13	36 27	36 27	36 27	36 27	36 27	36 27	36 27	36 27	36 27	36 27
Морковь(с 01.08 по 31.12)	26.41 21.13	26.41 21.13	26.41 21.13	26.41 21.13	33.75 27	33.75 27	33.75 27	33.75 27	33.75 27	33.75 27	33.75 27	33.75 27	33.75 27	33.75 27
Рис	35.22 35.22	39.13 39.13	39.13 39.13	35.22 35.22	50 50	50 50	50 50	50 50	50 50	50 50	50 50	50 50	50 50	50 50
Филе птицы	101.74 92.58	101.74 92.58	101.74 92.58	101.74 92.58	130 118.3	130 118.3	130 118.3	130 118.3	130 118.3	130 118.3	130 118.3	130 118.3	130 118.3	130 118.3
Выход блюда:	180	180	180	180	230	230	230	230	230	230	230	230	230	230

Технология приготовления:

Филе птицы варят до полуготовности, нарезают на кусочки 20 - 30 гр, заливают горячей водой, добавляют пассерованные на растительном масле лук, морковь. Всыпают промытый рис, перемешивают и варят при слабом кипении. В конце варки добавляют сливочное масло, перемешивают. Содержание в сырьевом наборе на выход 180 гр составляет 225 гр, на выход 230 гр - 288 гр. Потери при тепловой обработке 20 %.

Органолептические показатели:

Консистенция мяса, риса, моркови мягкая, сочная, рис - хорошо набухший, рассыпчатый. Вкус и запах свойственный вареным мясу птицы, рису, овощей, без привкуса подгорелого.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
12,09	4,93	14,20	157,89

Технологическая карта № 7.7/10/1

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Компот из сухофруктов и шиповника**



Состав	Ясли						
	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	189 189	189 189	189 189	189 189	189 189	189 189	189 189
Курага	4.5 4.5	4.5 4.5	4.5 4.5	4.5 4.5	4.5 4.5	4.5 4.5	4.5 4.5
Сахар	13.5 13.5	13.5 13.5	13.5 13.5	13.5 13.5	13.5 13.5	13.5 13.5	13.5 13.5
Шиповник	4.5 4.5	4.5 4.5	4.5 4.5	4.5 4.5	4.5 4.5	4.5 4.5	4.5 4.5
Выход блюда:	150	150	150	150	180	180	180

Технология приготовления:

Шиповник промывают, рубят, заливают кипятком, варят 10 мин, и настаивают 15-20 мин, затем процеживают. Курагу тщательно промывают, нарезают, соединяют с настоем шиповника, добавляют сахар и варят 10-15 мин при слабом кипении. Готовый компот охлаждают. В дошкольных организациях дополнительно проводят искусственную С-витаминизацию. Для чего вводят аскорбиновую кислоту в кисель после его охлаждения до температуры не выше 15 С (перед реализацией). Для детей 1-3 лет - 3 мг, 3-6 лет - 50 мг на 1 порцию. Внешний вид - нарезка кураги сохранена, залита сиропом (отваром). Цвет вареной кураги - оранжевый, отвара - от светло-оранжевого до светло-коричневого разной интенсивности. Консистенция - жидкой части (отвара) - прозрачная, в которой может быть незначительное количество вареной кураги, без постороннего. Вкус - характерный для вареной кураги, кисло-сладкий.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

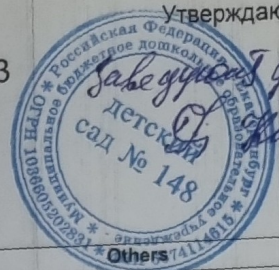
грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
0,24	0,00	11,61	47,76

Технологическая карта № 2021/103

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Хлеб пшеничный 20г



Состав	Ясли	Дети	Сотрудники	Сотрудники 2	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 24 ч
	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	5 д 24 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто
Хлеб пшеничный	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20

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

Технология приготовления:

Хлеб пшеничный нарезают ломтиками.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

Наименование блюда (изделия): Хлеб пшеничный 20г

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

Состав	Ясли	Дети	Сотру	Сотру 2	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 24 ч
	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порц. Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порц. Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порц. Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порц. Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порц. Брутто Нетто	5 д 12 ч Норма закладки на 1 порц. Брутто Нетто	5 д 24 ч Норма закладки на 1 порц. Брутто Нетто
Хлеб пшеничный	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20
Выход блюда:	20	20	20	20	20	20	20

Утверждаю

Технологическая карта № 7.003

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Хлеб ржаной 40 гр



Состав	Ясли						
	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 4 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	6 д 12 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто
Хлеб ржаной	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40

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

Технология приготовления:

???? ????? ??????? ??????? ???? ???? 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