

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](mailto:mdou148@eduekb.ru), сайт: <https://148.tvoyasadik.ru/>

# Обед





# Технологическая карта № 7.500



Сборник ТК для питания детей

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

Состав	Ясли		Дети		Сотрудники		Сотрудники 1		Сотрудники 2		Others	
	5 д 10,5 ч		5 д 10,5 ч		5 д 4 ч		5 д 10,5 ч		5 д 10,5 ч		5 д 10,5 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г		Норма закладки на 1 порцию, г		Норма закладки на 1 порцию, г		Норма закладки на 1 порцию, г		Норма закладки на 1 порцию, г		Норма закладки на 1 порцию, г	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Аскорбиновая кислота	0.03	0.03	0.05	0.05	0.04	0.04	0.05	0.05	0.05	0.05	0.05	0.05
Выход блюда:	35		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

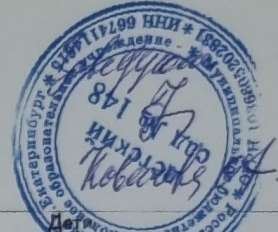


Утверждаю

Технологическая карта № 7.014-4

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Огурец свежий порционный 50 гр



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		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	
Огурцы свежие	30	25.5	29.38	24.97	30	25.5	30	25.5	58.75	49.94	58.75	49.94	58.75	49.94

Выход блюда:	25	25	25	25	50	50	50
--------------	----	----	----	----	----	----	----

Технология приготовления:

Огурцы промывают, нарезают кружочками порционно.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
0,80	0,10	3,80	13,98



Технологическая карта № 7.н145

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Щи со сметаной.**



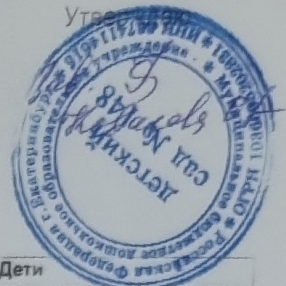
Состав	Ясли													
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 24 ч		5 д 4 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто		Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	
Вода	120 120		120 120		120 120		120 120		160 160		160 160		160 160	
Капуста(с 01.01 по 31.07)	60 36		60 36		60 36		60 36		80 48		80 48		80 48	
Капуста(с 01.08 по 31.12)	56.25  36		56.25  36		56.25  36		56.25  36		75 48		75 48		75 48	
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	7  5.88		7.5 6.3		7.5 6.3		7  5.88		10 8.4		10 8.4		10 8.4	
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		0.75 0.75		0.75 0.75		1 1		1 1		1 1		1 1	
Сметана	5 5		3.75 3.75		3.75 3.75		5 5		5 5		5 5		5 5	
Укроп зелень	1 1		0.75 0.75		0.75 0.75		1 1		1 1		1 1		1 1	
Чеснок	1.5 1.26		1.5 1.26		1.5 1.26		1.5 1.26		2  1.68		2  1.68		2  1.68	
Выход блюда:	150		150		150		150		200		200		200	



# Технологическая карта № 7.10/8/2

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Печень в молочном соусе 80 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	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
Масло растительное	2.66 2.66	2.66 2.66	2.66 2.66	2.66 2.66	2.66 2.66	2.66 2.66	2.66 2.66
Масло сливочное	1.34 1.34	1.34 1.34	1.34 1.34	1.34 1.34	1.34 1.34	1.34 1.34	1.34 1.34
Молоко	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40
Мука	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4
Печень	66.67 55.34	66.67 55.34	66.67 55.34	66.67 55.34	66.67 55.34	66.67 55.34	66.67 55.34
Соль	0.34 0.34	0.34 0.34	0.34 0.34	0.34 0.34	0.34 0.34	0.34 0.34	0.34 0.34
Выход блюда:	80	80	80	80	80	80	80

### Технология приготовления:

Печень размораживают, зачищают от пленок и желчных протоков, промывают и нарезают брусочками длиной 3-4 см, массой 5-7 гр., обжаривают до полуготовности, заливают молочным соусом и кипятят 3-5 мин. Для приготовления соуса муку пассеруют (подсушивают в жароном шкафу до светло-кремового цвета) растирают с маслом сливочным, разводят горячим кипяченым молоком, варят 15 мин., добавляют соль и доводят до кипения. Внешний вид-брусочки печени в соусе. Цвет-печени-коричневый, соуса- кремовый. Консистенция-печени-мягкая, соуса-однородная. Запах-свойственный для жареной печени с соусом молочным, без постороннего. Вкус- характерный для жареной печени с соусом молочным.

### ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

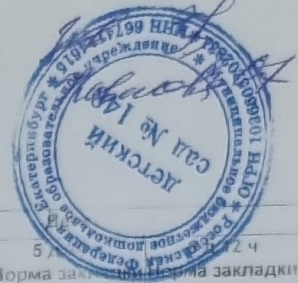
Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
14,05	7,93	5,34	163,87



## Технологическая карта № 7.64с

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Картофельное пюре.



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 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			
Картофель(с 01.01 по 28.02)	156.92	102	156.92	102	156.92	102	156.92	102	196.92	128	196.15	127.5	196.92	128
Картофель(с 01.03 по 31.08)	170	102	170	102	170	102	170	102	213.33	128	212.5	127.5	213.33	128
Картофель(с 01.09 по 31.10)	136	102	136	102	136	102	136	102	170.67	128	170	127.5	170.67	128
Картофель(с 01.11 по 31.12)	145.71	102	145.71	102	145.71	102	145.71	102	182.86	128	182.14	127.5	182.86	128
Масло сливочное	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3.75	3.75	4	4
Молоко	16.84	16	16.84	16	16.84	16	16.84	16	21.05	20	21.05	20	21.05	20
Выход блюда:	120		120		120		120		150		150		150	

## Технология приготовления:

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем состоянии через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Содержание в сырьевом наборе на выход 110 гр пюре составляет - 111 гр, на выход 150 гр - 152 гр. Потери при тепловой обработке - 1 %.

## Органолептические показатели:

Требования: Цвет бело - кремовый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла. Не допускается: Цвет с синеватым оттенком, с темными глазками, кусочки непротертого картофеля, запах подгорелого молока, вкус водянистый.

## ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
1,96	2,49	14,58	94,57



Технологическая карта № 7.1/10/1



Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Компот из яблок и кураги 180 гр**

Состав	Ясли			Дети			Студники
	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	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	5 д 10,5 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
Яблоки	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
<b>Выход блюда:</b>	<b>180</b>	<b>180</b>	<b>180</b>	<b>180</b>	<b>180</b>	<b>180</b>	<b>180</b>

**Технология приготовления:**

Сушеные фрукты перебирают, сортируют по видам и тщательно промывают. Нарезанную курагу заливают кипятком и варят 10 мин, затем добавляют яблоки, сахар и варят еще 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-мг3 3-6 лет-50 мг на 1 порцию.

**Органолептические показатели:**

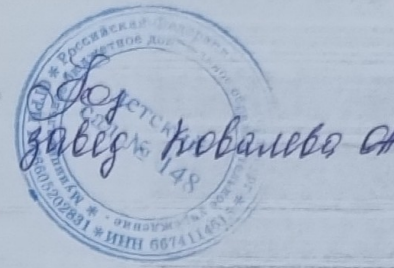
Внешний вид-вареные сухофрукты сохранили форму, залиты сиропом (отваром). Цвет-кураги-оранжевый, яблок-темно-коричневый, отвар от светло-желтого до светло-коричневого. Консистенция-жидкой части-прозрачная, в которой может быть незначительное. Запах-свойственный для вареных сухофруктов, без постороннего. Вкус-характерный для вареных сухофруктов, кисло-сладкий.

**ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)**

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
0,13	0,01	8,53	35,18

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	5 д 10,5 ч	5 д 10,5 ч	5 д 10,5 ч	5 д 10,5 ч	5 д 4 ч
	Норма закладки на 1 порцию, г	Норма закладки на 1 порцию, г	Норма закладки на 1 порцию, г	Норма закладки на 1 порцию, г	Норма закладки на 1 порцию, г	Норма закладки на 1 порцию, г
Брутто Нетто	Брутто Нетто	Брутто Нетто	Брутто Нетто	Брутто Нетто	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



Технологическая карта № 7.003

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Хлеб ржаной 40 гр



Состав	Ясли				5 д 10,5 ч			5 д 12 ч	
	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 24 ч	6 д 12 ч	5 д 10,5 ч	5 д 10,5 ч	5 д 10,5 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	
Хлеб ржаной	40 40	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:

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