

Технологическая карта

Каша гречневая

Технология приготовления: Гречневую крупу перебирают, промывают, засыпают в кипящую воду. Отваривают до полуготовности, затем добавляют кипящее молоко, соль, сахар и отваривают при слабом огне до полуготовности. При выдаче кладут масло.

Раскладка			Химический состав			Калорийность ккал.
Продукты	Брутто	Нетто	Белки	Жиры	Углеводы	
До 3-х лет						
Крупа гречневая	20	20	2,52	0,52	13,6	65,8
Молоко свежее	150	150	4,2	4,8	7,1	87,0
Масло сливочное	4	4	0,02	3,3	0,03	29,9
Сахар	5	5	-	-	3,9	14,9
Выход		150	6,74	8,62	24,63	197,6
От 3 до 7 лет						
Крупа гречневая	30	30	3,78	0,78	20,4	98,7
Молоко свежее	200	200	5,6	6,4	9,4	116,0
Масло сливочное	5	5	0,03	4,1	0,04	37,4
Сахар	10	10	-	-	9,9	37,4
Выход		200	9,51	11,28	39,74	289,5

Технологическая карта

Каша рисовая

Технология приготовления: Рисовая крупа плохо разваривается в молоке, поэтому ее вначале варят в воде. В кипящую воду вводят соль, засыпают промытую крупу и варят 20-25 мин. при помешивании. Затем в кашу вливают горячее молоко, добавляют сахар, перемешивают и варят до готовности. При выдаче добавляют сливочное масло.

Раскладка			Химический состав			Калорийность ккал.
Продукты	Брутто	Нетто	Белки	Жиры	Углеводы	
До 3-х лет						
Рис	20	20	1,4	0,12	15,46	64,6
Молоко свежее	150	150	4,2	4,8	7,1	87,0
Масло сливочное	4	4	0,02	3,3	0,03	14,9
Сахар	5	5	-	-	3,9	18,7
Выход		150	5,62	8,22	26,49	185,2
От 3 до 7 лет						
Рис	30	30	2,1	0,18	23,19	96,9
Молоко свежее	200	200	5,6	6,4	9,4	116,0
Масло сливочное	5	5	0,03	4,1	0,04	37,4
Сахар	10	10	-	-	9,9	37,4
Выход		200	7,73	10,68	42,53	287,7

Л.Л. Татарская «Кулинария и организация производства детского питания»

Технологическая карта

Каша пшенная

Технология приготовления: В кипящую подсоленную воду всыпать подготовленную крупу варить, помешивая при слабом кипении в течение 10 мин., затем добавить кипящее молоко, сахар и доварить. В готовую кашу при раздаче добавить сливочное масло.

Раскладка			Химический состав			Калорийность
Продукты	Брутто	Нетто	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
До 3-х лет						
Крупа пшено	20	20	2,4	0,58	12,66	66,8
Молоко свежее	150	150	4,2	4,8	7,1	87,0
Масло сливочное	4	4	0,02	3,3	0,03	29,9
Сахар	5	5	-	-	4,9	18,7
Выход		150	6,62	8,68	24,69	203,6
От 3-х до 7 лет						
Крупа пшено	30	30	3,6	0,87	18,99	100,2
Молоко свежее	200	200	5,6	6,4	9,4	116,0
Масло сливочное	5	5	0,03	4,1	0,04	37,4
Сахар	10	10	-	-	9,9	37,4
Выход		200	9,23	11,37	38,3	291,0

«Технология приготовления пищи» Вердашко М.

Технологическая карта

Наименование блюда: Суп молочный с вермишелью

Раскладка			Химический состав			Калорийность Ккал.
Продукты	Брутто	Нетто	Белки	Жиры	Углеводы	
Вермишель	10	10	1,04	0,09	7,52	33,2
Молоко свежее	150	150	4,2	4,8	7,05	87,0
Масло сливочное	4	4	0,02	3,3	0,03	14,9
Сахар	5	5	-	-	3,9	
Выход		150	5,26	8,19	18,5	135,1
Вермишель	15	15	1,56	0,13	11,28	49,8
Молоко свежее	180	180	5,04	5,76	6,35	104,4
Масло сливочное	5	5	0,03	4,1	0,04	37,4
Сахар	10	10	-	-	9,9	37,4
Выход		180	6,63	9,99	27,57	229

Технология приготовления: Макароны изделия сварить до готовности, откинуть на сто, когда вода стечет, переложить их в кипящее молоко и довести до кипения. За несколько минут до окончания варки добавить соль, сахар, сливочное масло.

Технологическая карта

Каша манная

Технология приготовления: Молоко доводят до кипения, вводят соль, сахар и тонкой струйкой всыпают манную крупу, затем, помешивая, варят кашу 15 мин. При выдаче добавляют сливочное масло.

Раскладка			Химический состав			Калорийность ккал.
Продукты	Брутто	Нетто	Белки	Жиры	Углеводы	
До 3-х лет						
Крупа манная	20	20	2,26	0,14	14,66	65,2
Молоко свежес	150	150	4,2	4,8	7,1	87,0
Масло сливочное	4	4	0,02	3,3	0,03	29,9
Сахар	5	5	-	-	3,9	14,9
Выход		150	6,48	8,24	25,69	197,0
От 3 до 7 лет						
Крупа манная	25	25	2,82	0,17	18,32	81,5
Молоко свежее	200	200	5,6	6,4	9,4	116,0
Масло сливочное	5	5	0,03	4,1	0,04	37,4
Сахар	10	10	-	-	9,9	37,4
Выход		200	8,45	10,67	37,66	272,3

Л.Л. Татарская «Кулинария и организация производства детского питания»

Технологическая карта Наименование блюда *Салат морковный с сахаром.*

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Морковь	50	40	70	56	0,65	0,91	0,05	0.07	4,65	6,5	17	23,8
Масло	2	2	3	3			2	3			18	27
Сахар	2	2	3	3					2	3	7,6	11,4
.Выход блюда		40,0		60,0	0,65	0,91	2,5	3,07	6,65	9,5	42,6	62,2
Итого:												

Технология приготовления:

Морковь вымыть щеткой, очистить. Очищенную морковь обдать холодной кипяченной водой, протереть на крупной терке, заправить сахаром и маслом.

Технологическая карта Наименование блюда **Пирожки с капустой.**

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мука пшеничная	30	30	40	40	3,1	4,12	0,3	0,4	20,7	27,6	100,2	133,6
Сахар	2	2	3	3	-	-	-	-	2	3	7,6	11,4
Яйцо	1/8	5	1/6	7,5	0,64	0,96	0,6	0,86	0,035	0.5	7,85	11,8
Дрожжи	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-
Молоко	20	20	25	25	0,56	0,7	0,64	0,8	0,94	1,18	11,6	14,5
Капуста	50	40	75	60	0,9	1,35	0,1	0,15	3,4	5,1	13,5	20,3
Масло сливочное	3	3	5	5	0,024	0,04	2,2	3,6	0,04	0,065	19,8	33,05
Выход блюда		60,0		90,0	5,22	7,17	3,84	5,81	27,1	37,5	160,55	224,65
Итого:												

Технология приготовления:

В теплом молоке развести дрожжи, всыпать половину муки, поставить опару. Когда опара подойдет, добавить сахар, яйца, остальную муку, хорошо вымесить, накрыть чистой тканью и поставить в теплое место. Подготовленную капусту порубить, отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, затем обжарить до испарения влаги. Когда объем теста увеличиться вдвое, выложить его на доску, раскатать тонким слоем, нарезать с помощью стакана на кружки, на каждый из них положить начинку, края соединить, пирожки положить на смазанный маслом противень выпекать в духовке.

Технологическая карта

Винегрет

Раскладка			Химический состав				Калорийность, ккал
Продукты	Количество, грамм		Белки, грамм	Жиры, грамм	Углеводы, г		
	брутто	нетто					
До 3 лет							
Картофель	15	10	0,2	0,04	1,63	8	
Морковь	10	8	0,02	-	0,58	2,7	
Свекла	10	8	0,12	-	0,73	3,4	
Огурцы солёные	10	8	0,01	-	0,23	1,3	
Лук репчатый	5	4	0,06	-	0,37	1,7	
Масло растительное	2	2	-	2	-	18	
Выход		40	0,41		3,54	35,1	
С учётом потерь при тепловой обработке			0,4		3,34	34,6	
От 3 до 7 лет							
Картофель	20	14	0,28	0,06	3,26	11,2	
Морковь	15	12	0,03	-	0,87	4,1	
Свекла	15	12	0,18	-	1,12	5	
Огурцы солёные	15	12	0,01	-	0,31	1,7	
Лук репчатый	7	6	0,09	-	0,56	2,6	
Масло растительное	3	3	-	3	-	27	
Выход		59	0,59	3,06	6,12	51,6	
С учётом потерь при тепловой обработке			0,57	3,06	5,85	50,3	

Картофель, морковь, свеклу тщательно вымыть, сварить до готовности, охладить, очистить, нарезать ломтиками
 Солёные огурцы мелко нашинковать. Лук репчатый очистить, вымыть, мелко нашинковать. Все овощи перемешать, заправить растительным маслом.
 Для детей до 3-х лет овощи можно натереть на крупной тёрке, огурцы очистить от кожицы и натереть.

Технологическая карта

Наименование блюда: Салат из свеклы с кукурузом

Продукты	Раскладка				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал.	
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Свекло	35	28	60	48	0,42	0,72	0,028	0,048	3,58	6,14	11,76	20,16
Кукуруза консервиров	10	7	10	7	0,20	0,20	0,042	0,042	0,69	0,69	3,99	3,99
Лук	5	4	5	4	0,056	0,056			0,42	0,42	1,64	1,64
Подсолн масло	2	2	3	3			1,99	2,99			17,98	26,97
Выход		40		60	0,68	0,98	3,06	3,08	4,69	7,25	35,37	52,76

Технология приготовления: Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и протереть на крупной терке, лук репчатый очистить, вымыть, мелко нашинковать, кукурузу прогревают на собственном соку затем отвар сливают. Все овощи перемешать, заправить растительным маслом.

Технологическая карта Наименование блюда Плов с мясом

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо (мякоть)	60	50	80	60	11,1	14,8	9,6	12,8			130,8	174,4
Рис	30	30	40	40	2,1	2,8	0,3	0,4	22	29,3	99	132
Морковь	10	8	15	12	0,13	0,2	0,01	0,015	0,93	1,4	3,4	5,1
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Масло сливочное	2	2	5	5	0,016	0,04	1,45	3,6	0,026	0,065	13,22	33,05
Масло растительное	3	3	3	3	—	—	3	3	—	—	27	27
Выход блюда		150,0		200,0	13,5	18,05	14,36	19,8	24	32,4	277,5	377,7
Итого:												

Технология приготовления:

Мясо режется на кусочки, солится. Выкладывается на противень, пережаривается с луком и морковью на растительном масле, затем добавляется немного бульона и тушится ещё 30 мин в духовом шкафу. Рис перебрать, помыть. Затем залить горячей подсоленной водой и дать постоять 30 мин. Затем воду слить, выложить рис в кастрюлю с мясом и добавить воды, так чтобы рис был покрыт полностью. Поставить кастрюлю на огонь. Когда рис впитает в себя воду, добавить сливочное масло.

Технологическая карта Наименование блюда **Жаркое по домашнему**

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо (мякоть)	60	50	80	60	11,1	14,8	9,6	12,8			130,8	174,4
Картофель	150	105	200	140	3	4	0,6	0,8	27,2	36,2	120	160
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Масло сливочное	2	2	5	5	0,016	0,04	1,45	3,6	0,026	0,065	13,22	33,05
Масло растительное	3	3	3	3	—	—	3	3	—	—	27	27
Томат	2	2	3	3	0,1	0,15			0,4	0,6	2	3
Выход блюда		150,0		200,0	14,36	19,2	14,65	20,2	28,7	38,5	297,1	403,6
Итого:												

Технология приготовления:

Мясо нарезают кусочками и обжаривают до образования корочки. Картофель и лук нарезают дольками или кубиками и обжаривают до готовности. Подготовленные мясо и овощи кладут в кастрюлю слоями так, чтобы сверху и снизу мяса были овощи, добавляют томат-пасту, заливают бульоном до уровня овощей, закрывают крышкой и тушат в течении 20 мин до готовности.

Технологическая карта Наименование блюда *Гуляш мясной с овощами*

Технологическая карта												
Наименование блюда												
Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо (мякоть)	60	50	80	60	11,1	14,8	9,6	12,8			130,8	174,4
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21			1,04	1,6	4,1	6,15
Морковь	10	8	15	13	0,13	0,2	0,01	0,015	0,93	1,4	3,4	5,1
Томат-паста	2	2	3	3	0.1	0,15			0,4	0,6	2	3
Масло растительное	3	3	3	3	—	—	3	3	—	—	27	27
Масло сливочное	2	2	5	5	0,016	0,04	1,45	3,6	0,026	0,065	13,22	33,05
Выход блюда		60,0		80,0	11,5	15,4	14,06	19,4	2,4	3,65	180,5	248,7
Итого:												

Технология приготовления:

Говяжье мясо моют, режут кубиками, складывают на противень и жарят до полуготовности. Отдельно пассеруют лук, морковь, томат- пасту на сливочном масле. Мясо складывают в кастрюлю, заливают готовой подливой и тушат до готовности.

Технологическая карта Наименование блюда Плов с мясом курицы

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо курицы	60	50	80	60	10,9	14,56	11,04	14,7	0,42	0,56	144,6	192,8
Рис	30	30	40	40	2,1	2,8	0,3	0,4	22	29,3	99	132
Морковь	10	8	15	12	0,13	0,2	0,01	0,015	0,93	1,4	3,4	5,1
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Масло сливочное	2	2	5	5	0,016	0,04	1,45	3,6	0,026	0,065	13,22	33,05
Масло растительное	3	3	3	3	—	—	3	3	—	—	27	27
Выход блюда		150,0		200,0	13,3	17,8	15,8	21,7	24,4	32,9	291,3	396,1
Итого:												

Технология приготовления:

Мясо птицы разделяется, отделяется от костей, режется на кусочки, солится. Выкладывается на противень, пережаривается с луком и морковью на растительном масле, затем добавляется немного бульона и тушится ещё 30 мин в духовом шкафу. Рис перебрать, помыть. Затем залить горячей подсолённой водой и дать постоять 30 мин. Затем воду слить, выложить рис в кастрюлю с мясом и добавить воды, так чтобы рис был покрыт полностью. Поставить кастрюлю на огонь. Когда рис впитает в себя воду, добавить сливочное масло.

Технологическая карта

Наименование блюда: Рагу из овощей

Болонья

Технология приготовления: Очищенные и хорошо вымытые овощи нарезают кубиками или дольками. Капусту тушат, картофель обжаривают на масле. Муку поджаривают в масле до золотистого цвета, разводят овощным отваром, добавляют мелко нарезанные помидоры (или томат), сметану и все вместе кипятят 10-15 мин. Затем картофель и овощи складывают в кастрюлю, заливают соусом, солят и тушат под закрытой крышкой. Тушить 10-15 мин. После этого добавляют припущенную капусту, зеленый горошек и продолжают тушить 15-20 мин. Отпускают в групповую посуду.

Наименование продуктов	Кол-во продуктов		Химический состав			Калорийность ккал.
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
До 3-х лет						
Картофель	90	69	1,29	-	12,7	53,4
Морковь	40	30	0,40	-	2,24	10,56
Капуста свежая	85	68	1,19	-	3,66	19,04
Зел.горошек	15	10	0,30	-	0,69	3,99
Помидоры	35	30	0,11	-	1,07	4,70
или томат	5	5	0,18	-	0,59	3,15
Мука	3	3	0,33	0,03	1,33	8,22
Масло сливочное	10	10	0,06	8,25	0,09	74,80
Сметана	10	10	0,10	2,0	0,32	20,6
Выход		180	3,96	10,28	22,69	198,46
От 3-х до 7 лет						
Картофель	100	76	1,40	-	13,80	58,1
Морковь	40	30	0,40	-	2,24	10,56
Капуста свежая	85	68	1,19	-	3,66	19,04
Зел.горошек	15	10	0,3	-	0,69	3,99
Помидоры или	37	30	0,11	-	1,07	4,70
Томат	10	10	0,36	-	1,18	6,30
Мука	5	5	0,53	0,065	3,66	16,45
Масло сливочное	10	10	0,06	8,25	0,09	74,80
Сметана	15	15	0,13	3,00	0,45	30,6
Выход		200	4,48	11,31	26,84	224,54

Сборник блюд и кулинарных изделий. М.И.Снигур, З.Т.Корешкова
«М» Экономика.

Технологическая карта Наименование блюда **Голубцы ленивые**

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Мясо (мякоть)	60	50	80	60	11,1	14,8	9,6	12,8			130,8	174,4
Капуста	120	96	160	128	2,16	2,88	0,24	0,32	8,2	10,9	32,4	43,2
Рис	10	10	15	15	0,7	1,05	0,1	0,15	7,32	11	33	49,5
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Масло сливочное	2	2	5	5	0,016	0,04	1,45	3,6	0,026	0,065	13,22	33,05
Масло растительное	3	3	3	3	—	—	3	3	—	—	27	27
Выход блюда		150,0		200,0	14,1	19	14,4	19,9	16,6	23,6	240,5	333,3
Итого:												

Технология приготовления:

Белокочанную капусту тщательно очистить, вымыть, на рубить. Приготовить фарш из провернутого вареного мяса, отваренного до полуготовности и промытого горячей водой риса, пассерованного лука. В смазанную маслом кастрюлю закладывается слоями капуста и фарш так, чтобы сверху и снизу были слои капусты, добавляется бульон и тушится до готовности. Можно подавать соусом из прокипяченной сметаны.

Технологическая карта Наименование блюда *Пюре картофельное (гарнир)*

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Картофель	150	105	200	140	3	4	0,6	0,8	27,2	36,2	120	160
Молоко	50	50	50	50	1,4	1,4	1,6	1,6	2,35	2,35	29	29
Масло сливочное	3	3	5	5	0,024	0,04	2,2	3,6	0,04	0,065	19,8	33,05
Выход блюда		100,0		150,0	4,4	5,45	4,4	6,0	29,6	38,6	168,8	222,05
Итого:												

Технология приготовления:

Отварить картофель, пропустить через протирающую машину, переложить в кастрюлю, добавить соль, подлить горячее кипяченое молоко, поставить на плиту и продолжить взбивать, чтобы пюре получилось пышное, довести до кипения, добавить сливочное масло. Готовить пюре надо перед раздачей, так как при стоянии на плите, оно теряет вкусовое качество.

Технологическая карта Наименование блюда *Суп рисовый на к/б*

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо	25	25	30	30	4,6	5,5	4	4,8	—	—	55,7	65,4
Рис	10	9	15	14	0,7	1,05	0,1	0,15	7,32	11	33	49,5
Морковь	10	8	15	12	0,13	0,2	0,01	0,015	0,93	1,4	3,4	5,1
Картофель	60	46	80	58	1,2	1,6	0,24	0,32	10,9	11,5	48	64
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Масло сливочное	1	1	2	2	0,008	0,016	0,7	1,45	0,013	0,026	6,61	13,22
Масло растительное	1	1	2	2	—	—	1	2	—	—	9	18
Выход блюда		150,0		200,0	6,78	8,58	6	8,7	20,2	25,5	159,8	221,4
Итого:												

Технология приготовления:

Кости заливаем холодной водой и варим в течении 3-4 часа. Рис перебрать, вымыть в горячей воде и сварить до полуготовности и отбросить на сито. Пока варится рис необходимо подготовить овощи. Овощи для супа нарезают : картофель брусочками, морковь и лук шинкуют, пассеруют. В кипящий бульон кладут картофель, за 10-15 мин до готовности кладут рис, пассерованные овощи.

Технологическая карта Наименование блюда **Борщ на к/б**

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо (кости)	25	25	30	30	4,6	5,5	4	4,8			55,7	65,4
Капуста	40	32	50	40	0,72	0,9	0,08	0,1	2,7	3,4	10,8	13,5
Свекла	40	32	50	40	0,6	0,75	0,04	0,05	5,12	6,4	16,8	21
Морковь	10	8	15	12	0,13	0,2	0,01	0,015	0,93	1,4	3,4	5,1
Картофель	60	46	80	58	1,2	1,6	0,24	0,32	10,9	11,5	48	64
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Сметано	10	10	10	10	0,28	0,28	2	2	0,32	0,32	21,7	21,7
Масло сливочное	1	1	2	2	0,008	0,016	0,7	1,45	0,013	0,026	6,61	13,22
Масло растительное	1	1	2	2	—	—	1	2	—	—	9	18
Томатная паста	2	2	3	3	0,1	0,2			0,4	0,6	2	3
Выход блюда		150,0		200,0	7,8	9,65	8,07	10,7	21,4	25,25	178,1	231,1
Итого:												

Технология приготовления:

Подготовленную свеклу, морковь, капусту нарезают соломкой, лук полукольцами пассируют в муке с добавлением томата. Кладут в кипящий бульон сначала картофель, варят 20 мин, затем кладут пассерованные овощи, заправляют сметаной и кипятят 5-7 мин.

Технологическая карта Наименование блюда *Щи со свежей капустой*

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо	25	25	30	30	4,6	5,5	4	4,8	—	—	55,7	65,4
Капуста	40	32	50	40	0,72	0,9	0,08	0,1	2,7	3,4	10,8	13,5
Морковь	10	8	15	12	0,13	0,2	0,01	0,015	0,93	1,4	3,4	5,1
Картофель	60	46	80	58	1,2	1,6	0,24	0,32	10,9	11,5	48	64
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Сметано	10	10	10	10	0,28	0,28	2	2	0,32	0,32	21,7	21,7
Масло сливочное	1	1	2	2	0,008	0,016	0,7	1,45	0,013	0,026	6,61	13,22
Масло растительное	1	1	2	2	—	—	1	2	—	—	9	18
Выход блюда		150,0		200,0	7,08	8,7	8,03	10,7	15,9	18,2	159,31	207,1
Итого:												

Технология приготовления:

Кости варятся 4 часа, капуста вымачивается и пассируется отдельно, бульон процеживается, закладывается картофель и варится до полной готовности. Лук жарится вместе с морковью и капустой, пассируется до полной готовности. Сметано добавляется в кипящий бульон в конце варки ,перед раздачей.

Технологическая карта Наименование блюда *Суп гороховый на к/б*

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо	25	25	30	30	4,6	5,5	4	4,8	—	—	55,7	65,4
Горох(крупя)	15	14	20	18	3,1	4,1	0,3	0,4	9,15	12,8	44,7	59,6
Морковь	10	8	15	12	0,13	0,2	0,01	0,015	0,93	1,4	3,4	5,1
Картофель	60	46	80	58	1,2	1,6	0,24	0,32	10,9	11,5	48	64
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Масло сливочное	1	1	2	2	0,008	0,016	0,7	1,45	0,013	0,026	6,61	13,22
Масло растительное	1	1	2	2	—	—	1	2	—	—	9	18
Выход блюда		150,0		200,0	9,18	11,6	6,25	9	22	27,3	171,5	231,5
Итого:												

Технология приготовления:

Кости заливаем холодной водой и варим в течении 4 часа. Перебранный, промытый горох варить 2-3 часа отдельно. В бульон закладываем картофель и варим до готовности, затем закладываем горох, обжариваем лук и морковь, доводим до кипения.

Технологическая карта Наименование блюда Суп картофельный с макаронами на 4/б

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо	25	25	30	30	4,6	5,5	4	4,8	—	—	55,7	65,4
Макарон	10	10	15	15	1,04	1,6	0,11	0,17	7,5	11,2	33,7	50,5
Морковь	10	8	15	12	0,13	0,2	0,01	0,015	0,93	1,4	3,4	5,1
Картофель	60	46	80	58	1,2	1,6	0,24	0,32	10,9	11,5	48	64
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Масло сливочное	1	1	2	2	0,008	0,016	0,7	1,45	0,013	0,026	6,61	13,22
Масло растительное	1	1	2	2	—	—	1	2	—	—	9	18
Выход блюда		150,0		200,0	7,12	9,13	6,06	8,75	20,4	25,7	160,5	222,4
Итого:												

Технология приготовления:

Кости заливаем холодной водой и варим в течении 3-4 часа. Овощи для супа нарезают : картофель брусочками, морковь и лук шинкуют, пассеруют. В кипящий бульон кладут картофель, за 10-15 мин до готовности кладут макароны, пассерованные овощи.

Технологическая карта Наименование блюда *Суп картофельный на к/б*

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо	25	25	30	30	4,6	5,5	4	4,8	—	—	55,7	65,4
Морковь	10	8	15	12	0,13	0,2	0,01	0,015	0,93	1,4	3,4	5,1
Картофель	70	50	100	72	1,4	2	0,28	0,4	12,7	18,1	56	80
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Масло сливочное	1	1	2	2	0,008	0,016	0,7	1,45	0,013	0,026	6,61	13,22
Масло растительное	1	1	2	2	—	—	1	2	—	—	9	18
Выход блюда		150,0		200,0	6,3	7,9	6	8,7	14,7	21,13	134,8	187,9
Итого:												

Технология приготовления:

Кости заливаем холодной водой и варим в течении 3-4 часа. Овощи для супа нарезают : картофель брусочками, морковь и лук шинкуют, пассеруют. В кипящий бульон кладут картофель, за 10-15 мин до готовности кладут пассерованные овощи.

Технологическая карта Наименование блюда *Свекольник на к/б*

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо	25	25	30	30	4,6	5,5	4	4,8	—	—	55,7	65,4
Свекла	40	32	50	40	0,6	0,75	0,04	0,05	5,12	6,4	16,8	21
Морковь	10	8	15	12	0,13	0,2	0,01	0,015	0,93	1,4	3,4	5,1
Картофель	60	46	80	58	1,2	1,6	0,24	0,32	10,9	11,5	48	64
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Сметано	10	10	10	10	0,28	0,28	2	2	0,32	0,32	21,7	21,7
Масло сливочное	1	1	2	2	0,008	0,016	0,7	1,45	0,013	0,026	6,61	13,22
Масло растительное	1	1	2	2	—	—	1	2	—	—	9	18
Томатная паста	2	3	2	3	0,1	0,2			0,4	0,6	2	3
Выход блюда		150,0		200,0	7,1	8,8	8	10,6	18,7	21,3	167,3	217,6
Итого:												

Технология приготовления:

Свеклу нарезанную соломкой тушат с добавлением бульона и масла, томат-пасты в течении 40 мин. В кипящий мясной бульон добавить нарезанный картофель и варить до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавить спассерованные в масле морковь и лук. В конце варки добавить сметану и мелко нарезанную зелень.

Технологическая карта Наименование блюда **Рассольник**

Наименование продуктов	Количество продуктов				Химический состав						Калорийность	
	Ясли		Сад		Белки		Жиры		Углеводы			
	брутто	нетто	брутто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Мясо (кости)	25	25	30	30	4,6	5,5	4	4,8	—	—	55,7	65,4
Крупа перловая	5	5	10	10	0,46	0,93	0,05	0,1	3,38	6,75	16	32
Огурцы солёные	15	13	25	21	0,04	0,08	—	—	0,35	0,69	0,65	1,3
Картофель	60	46	80	58	1,2	1,6	0,24	0,32	10,9	11,5	48	64
Лук	10	8	15	13	0,14	0,21	—	—	1,04	1,6	4,1	6,15
Сметано	10	10	10	10	0,28	0,28	2	2	0,32	0,32	21,7	21,7
Масло сливочное	1	1	2	2	0.008	0,016	0,7	1,45	0,013	0,026	6,61	13,22
Масло растительное	1	1	2	2	—	—	1	2	—	—	9	18
Выход блюда		150,0		200,0	6,73	8,6	9,74	10,67	16	20,9	161,76	221,77
Итого:												

Технология приготовления:

Перебранную и хорошо промытую перловую крупу положить в кипящий бульон. Лук нарезать соломкой и спассеровать с маслом. Солёные огурцы очистить и добавить к луку слегка жарить. Мелко нарезанную картофель вместе с овощами положить в кастрюлю. За 10 мин до готовности добавить соль и прокипяченную сметану.

Технологическая карта

Компот из свежих яблок

1.

Продукты	брутто	нетто	Химический состав			
			белки	жиры	углеводы	ккал
До 3-х лет						
Яблоки свежие	30	25	0.075	-	2.55	10.35
сахар	10	10	-	-	9.55	39.0
Выход		150	0.075	-	12.1	49.35
От 3-х до 7 лет						
Яблоки свежие	50	40	0.10	-	4.02	16.8
Сахар	10	10	-	-	9.55	39.0
Выход		200	0.10	-	13.57	5.8

Технология приготовления: Свежие яблоки перебирают, удаляют плодоножки, промывают кипяченной водой. Очищенные яблоки нарезают дольками, кладут в кипящую воду с сахаром и варят на слабом огне до мягкости.

4.02.86

Технологическая карта

Наименование блюда: Компот из сухофруктов

Наименование продуктов	Кол-во продуктов в гр.				Цена		Выход блюда		Химический состав							
	ясли		сад		ясли	сад	ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		Калор.	
	бр.	н.	бр.	н.					ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Фрукты (сухие)	10	10	10	10					0,16	0,24	—	—	6,45	9,70	27,36	41,4
Сахар	10	10	15	15									9,98	19,00	37,40	55,7
Вода	125,0	—	165,0	—					0,16	0,24			16,43	24,70	64,76	97,1
Итого:							150,0	200,0								

Технология приготовления:

Сухие фрукты перебирают, промывают несколько раз водой (при промывании фрукты следует вынимать из воды, а не сливать воду, т.к. на дне посуды остается песок). В слабокипящий сироп закладывают груши и яблоки (готовы за 30-40 мин.), затем урюк, чернослив, вишни (варится 20 мин.), а затем и курагу закладывают за 5-10 мин. до окончания варки. Для улучшения вкусовых качеств в готовый компот можно добавить сок и цедру лимона или апельсина.

Княжковский М. 1982
Троевице ИИ

Какао

Наименование продуктов	Кол-во продуктов				Выход блюда		Цена		Белки		Жиры		Углеводы		Калор.	
	ясли		сда		ясли	сда	ясли	сда	ясли	сда	ясли	сда	ясли	сда	ясли	сда
	бр.	н.	бр.	н.												
Какао	1,0	1,0	1,0	1,0				0,005								
Молоко	150	150	200	200				0,032	4,2	5,6	5,2	7,0	6,4	9,9	93	124
Сахар	10	10	15	15				0,012					9,55	14,33	39,0	58,5
								0,05	4,2	5,6	5,2	7,0	15,95	23,53	132,0	182,0
Итого:					150,0	200,0										

Технология приготовления:

Какао-порошок и сахар хорошо перемешивают, вливают горячее молоко, размешивают, чтобы не было комков и кипятят.

Наименование блюда: Кисель из концентрата

Технология приготовления:

Температура подачи $+12 \dots +14^{\circ}\text{C}$. Срок реализации - 3 часа.

Сборник блюд и кулинарных
изделий "М" Экономика, 1981г.