

"Утверждаю"
" " 20 г

Источник рецептуры Картотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения, II том, М.А. Самсонов, Екатеринбург, 1995 г.

15.1

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 421,09

Наименование блюда (изделия): Хлеб ржано-пшеничный для детского питания

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами	35 (г)	35
Выход готового блюда	-	35

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами нарезают на порционные куски.

*Сведения о пищевой ценности взяты из маркировочного ярлыка на "Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом "Свежий 2" для детей дошкольного и школьного возраста, АО " Уфимское хлебообъединение "Восход".

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – соответствующая хлебной форме, в которой производилась выпечка, без боковых выплывов.

Цвет – от светло-коричневого до темно-коричневого.

Вкус и запах – свойственный свежему хлебу, без постороннего запаха и привкуса.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	77	Витамин Е (мг)	0,6	Хлориды (мг)	
Белки (г)	2,8	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1,05
Жиры (г)	0,35	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	16,1	Кальций (мг)	10,15	Йод (мкг)	
Витамин С (мг)		Фосфор (мг)	45,5	Витамин А (мкг)	
Витамин В1 (мг)	0,14	Магний (мг)	14,7	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,07	Калий (мг)	85	Селен (мкг)	
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)		Фтор (мкг)	

Зав. производством _____

Технолог _____

"Утверждаю"
" " 20 г

Источник рецептуры Картотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения, II том, М.А. Самсонов, Екатеринбург, 1995 г.

15.2

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 420,02

Наименование блюда (изделия): Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40 (г)	40
Выход готового блюда	-	40

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Хлеб пшеничный обогащенный нарезают на порционные куски.

*Сведения о пищевой ценности взяты из маркировочного ярлыка на "Хлеб пшеничный с витаминами и железом "Свежий 2" для детей дошкольного и школьного возраста, АО "Уфимское хлебообъединение "Восход".

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – корка слегка выпуклая, без боковых выплывов, мякиш – пропеченный.

Цвет –от светло-желтого до темно-коричневого.

Вкус и запах – свойственный свежему хлебу, без постороннего запаха и привкуса.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	104	Витамин Е (мг)	0,6	Хлориды (мг)	
Белки (г)	3,2	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1
Жиры (г)	0,4	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	22	Кальций (мг)	8	Йод (мкг)	
Витамин С (мг)		Фосфор (мг)	26	Витамин А (мкг)	
Витамин В1 (мг)	0,14	Магний (мг)	5,6	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,08	Калий (мг)	37	Селен (мкг)	
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)		Фтор (мкг)	

Зав. производством _____

Технолог _____



"Утверждаю"

"__" __ 20__ г

Источник рецептуры Картотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения, II том, М.А. Самсонов, Екатеринбург, 1995 г.

15.2

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 420,05

Наименование блюда (изделия): Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45 (г)	45
Выход готового блюда	-	45

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Хлеб пшеничный обогащенный нарезают на порционные куски.

*Сведения о пищевой ценности взяты из маркировочного ярлыка на "Хлеб пшеничный с витаминами и железом "Свежий 2" для детей дошкольного и школьного возраста, АО "Уфимское хлебообъединение "Восход".

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – корка слегка выпуклая, без боковых выплывов, мякиш – пропеченный.

Цвет –от светло-желтого до темно-коричневого.

Вкус и запах – свойственный свежему хлебу, без постороннего запаха и привкуса.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	117	Витамин Е (мг)	0,68	Хлориды (мг)	
Белки (г)	3,6	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1,13
Жиры (г)	0,45	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	24,75	Кальций (мг)	9	Йод (мкг)	
Витамин С (мг)		Фосфор (мг)	29,25	Витамин А (мкг)	
Витамин В1 (мг)	0,15	Магний (мг)	6,3	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,09	Калий (мг)	42	Селен (мкг)	
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)		Фтор (мкг)	

Зав. производством _____

Технолог _____

Источник рецептуры Картотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения, II том, М.А. Самсонов, Екатеринбург, 1995 г.

9.119

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 503,07

Наименование блюда (изделия): Огурцы свежие

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Огурцы	0 (г)	60
- с 01.01 (5%)	63	-
Выход готового блюда	-	60

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Огурцы свежие промывают, отрезают хвостики, нарезают кружочками. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – огурцы имеют привлекательный вид, нарезаны порционно.

Цвет – свойственный сорту огурцов.

Консистенция – хрустящая, сочная, упругая.

Вкус и запах – характерный для спелых огурцов, без постороннего привкуса и запаха.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	6,6	Витамин Е (мг)	0,06	Хлориды (мг)	
Белки (г)	0,42	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	0,3
Жиры (г)	0,06	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	1,14	Кальций (мг)	10,2	Йод (мкг)	
Витамин С (мг)	4,2	Фосфор (мг)	18	Витамин А (мкг)	1,8
Витамин В1 (мг)	0,02	Магний (мг)	8,4	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,01	Калий (мг)	118	Селен (мкг)	
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)		Фтор (мкг)	

Зав. производством _____

Технолог _____

"Утверждаю"
" " 20__ г

Источник рецептуры: Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

118

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 118,19

Наименование блюда (изделия): Рагу овощное с мясом птицы

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Полуфабрикат натуральный из мяса птицы б/к	64,227 (г)	62,3
Соль йодированная	0,8	0,8
Картофель	0 (г)	49,1
- с 01.01 (35%)	75,538	-
- с 01.03 (40%)	81,833	-
- с 01.05 (40%)	81,833	-
- с 01.08 (20%)	61,375	-
- с 01.09 (25%)	65,467	-
- с 01.11 (30%)	70,143	-
Морковь	0 (г)	30
- с 01.01 (25%)	40	-
- с 01.08 (20%)	37,5	-
Лук репчатый	0 (г)	13,6
- с 01.01 (16%)	16,19	-
Капуста белокочанная		28,2
- с 01.01 (20%)	35,25	-
Масло подсолнечное	6,4	6,4
*Вода	42,5	42,5
Мука пшеничная в/с	2,1 (г)	2,1
Морковь	0 (г)	2,8
- с 01.01 (25%)	3,7	-
- с 01.08 (20%)	3,5	-
Лук репчатый	0 (г)	0,9
- с 01.01 (16%)	1,1	-
Масло подсолнечное	0,7	0,7
Томат-паста	4,7 (г)	4,7
Соль йодированная	0,7	0,7
Выход готового блюда	-	200

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Замороженный полуфабрикат из мяса птицы размораживают, нарезают на мелкие куски, кладут в горячую воду (2-2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют соль, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего вынимают из бульона, дают остыть. Мякоть нарезают кубиками. Нарезанные дольками или кубиками картофель тушат, морковь припускают, мелко нарезанный репчатый лук бланшируют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем отварное мясо птицы, картофель и овощи соединяют с томатным соусом, добавляют соль, бульон или воду, закрывают крышкой и тушат до готовности. Соус: промьтые, очищенные и нарезанные лук, морковь, пассеруют, добавляют томат-пасту и продолжают пассерование еще 10-15 мин, затем соединяют с белым соусом и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, процеживают и доводят до кипения. Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – нарезанное кубиками мясо птицы, овощи сохраняют форму.
Цвет – мяса – светло-серый, овощей – натуральный.
Консистенция – мяса и овощей – сочная, мягкая, соуса – однородная.
Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	306,13	Витамин D (мкг)		Цинк (мг)	
Белки (г)	16,35	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	19,53	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	16,19	Витамин В2 (мг)	0,09	Йод (мкг)	8
Витамин С (мг)	28,96	Кальций (мг)	47,36	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	168,49	Витамин А (мкг)	697,34
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,51
Витамин В1 (мг)	0,16	Магний (мг)	45,15	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,08	Калий (мг)	645	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	0,7

"Утверждаю"
" " 20__ г

Источник рецептуры Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

6

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 494,23

Наименование блюда (изделия): Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Капуста белокочанная		59,5
- с 01.01 (20%)	74,4	-
Огурцы	0 (г)	12
- с 01.01 (5%)	12,6	-
Масло подсолнечное	6	6
Соль йодированная	0,24	0,24
Выход готового блюда	-	60

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Подготовленную капусту шинкуют соломкой, посыпают солью и перетирают до выделения сока, после чего его отжимают. В готовую капусту добавляют нарезанные огурцы. Заправляют растительным маслом. Температура при подаче должна быть ниже 10 - 14 °С.

Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – овощи имеют привлекательный вид, сохраняют форму нарезки, уложены горкой, заправлены.

Цвет – свойственный входящим в блюдо продуктам.

Консистенция – хрустящая, сочная.

Вкус и запах – свойственный входящим в блюдо продуктам в сочетании с растительным маслом.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	1,16	Витамин D (мкг)		Цинк (мг)	
Жиры (г)	6,07	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Калорийность (Ккал)	71,92	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	3,02	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	2
Витамин С (мг)	27,62	Кальций (мг)	31,48	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	22,17	Витамин А (мкг)	2,15
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,04
Витамин В1 (мг)	0,02	Магний (мг)	11,25	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,03	Калий (мг)	202	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	0,18
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	6
Витамин Е (мг)	2,71	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,42	В-каротин (мкг)	

Зав. производством _____

Технолог _____

"Утверждаю"
" " 20__ г

Источник рецептуры Картотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения, II том, М.А. Самсонов, Екатеринбург, 1995 г.

15.1

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 421,13

Наименование блюда (изделия): Хлеб ржано-пшеничный для детского питания

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами	45 (г)	45
Выход готового блюда	-	45

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами нарезают на порционные куски.

*Сведения о пищевой ценности взяты из маркировочного ярлыка на "Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом "Свежий 2" для детей дошкольного и школьного возраста, АО " Уфимское хлебообъединение "Восход".

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – соответствующая хлебной форме, в которой производилась выпечка, без боковых выплывов.

Цвет – от светло-коричневого до темно-коричневого.

Вкус и запах – свойственный свежему хлебу, без постороннего запаха и привкуса.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	99	Витамин Е (мг)	0,77	Хлориды (мг)	
Белки (г)	3,6	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1,35
Жиры (г)	0,45	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	20,7	Кальций (мг)	13,05	Йод (мкг)	
Витамин С (мг)		Фосфор (мг)	58,5	Витамин А (мкг)	
Витамин В1 (мг)	0,18	Магний (мг)	18,9	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,09	Калий (мг)	109	Селен (мкг)	
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)		Фтор (мкг)	

Зав. производством _____

Технолог _____

