



ТУТБЕРЛЕГЕН
 Республика КТУ Отдел формирования по
 Карагандинскому району, образование
 образования Карагандинской области
 Жаныбеков Б.С.



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор КТУ "Средняя школа №10"
 образование по Карагандинскому району, образование
 образования Карагандинской области
 Б.Нурмалюв

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Машароны отварные

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав						Калорийность					
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	11-14 лет	15-18 лет				
Машароны	47	47	54	64	64	64	жары	жары	жары	углевод	углевод	жары	жары	жары				
Масло сливочное	5	7	7	8	8	8												
Боро	200	200	300	300	300	300												
Подкисляющая соль	2	2	2	2	2	2												
ВЫХОД		139		150		180	5,8	4,5	29	7	5,6	34,6	10,00	7,2	52,5	196,2	236,1	317,8

Наличие пищевых добавок в блоке: (Ф) - жиры; (М) - молочные продукты; (Г) - глютен

7-10 лет

Вещества	A	D	E	K	C	Пищевые добавки	
	Витамины	51,6	0,1	0,1	0,3		0
Минералы	B1	B2	B3	B6	B9	B12	
	0	0,1	0,6	0	7,1	0	
	Ca	P	Mg	K	Fe	Na	
	10,8	60,8	16,7	36,9	1	0,1	

11-14 лет

Вещества	A	D	E	K	C	Пищевые добавки	
	Витамины	65,6	0,1	0,2	0,3		0
Минералы	B1	B2	B3	B6	B9	B12	
	0,1	0	0,7	0	8,5	0	
	Ca	P	Mg	K	Fe	Na	
	13,2	72,9	20	37	1,2	0,1	

Химический состав и калорийность смеси

15-18 лет

Вещества	A	D	E	K	C	Пищевые добавки	
	Витамины	46,5	0,1	0,1	0,2		0,2
Минералы	B1	B2	B3	B6	B9	B12	
	0	0	0,5	0	5,4	0	
	Ca	P	Mg	K	Fe	Na	
	8	46,1	12,6	23,5	0,8	0,1	

Технология приготовления: Машароны изделия (машароны, лашу, слатетти, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды. Машароны варят 20-30 мин, лашу и слатетти - 10-12 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом (1/3-1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не окислялись и не образовывали комки.

Требования к качеству: машароны уложены горкой, сохранили форму, легко отделяются друг от друга.

Консистенция: мягкая, в меру плотная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла.

Срок реализации: 2 час. Температуре подачи: + 65 С

Знак-вес 1 нед. 2 день
 Знак-вес 4 нед. 2 день
 Лето-вес 1 нед. 2 день
 Лето-вес 4 нед. 2 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Фишболы из рыбы

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав						Калорийность					
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.			
Филе рыбы	99	85	108	94	128	94												
Лук репчатый	6	5	10	9	10	9												
Сухари панировочные (в состав блюда)	10	10	12	12	15	15												
Соль	2	2	2	2	2	2												
Йодированная																		
Яйцо куриное	1/8	5	1/8	5	1/6	7												
Сухари панировочные (снаружи)	3	3	3	3	5	5												
Масло растительное	2	2	2	2	2	2												
Масса полуфабриката		70		70		130												
ВЫХОД		70		90		100	11.4	1.3	9.8	15.5	1.3	11.5	17.1	2	15.1	101.3	125.2	153.4

Наличие пищевых аллергенов в блюде: (Л) лактоза: (я) яйца : (МП) молочные продукты : (Г)-глютен, (Р) рыба

Химический состав и калорийность пищи

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	12.8	0.2	0.9	2.7	0.7	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.1	0.2	3.5	0.1	8.5	0.8	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
37.5	132.3	30.1	245.5	0.6	0.1	

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	13	0.3	1.3	2.7	1	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.1	0.2	4.6	0.2	15.7	1.2	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
51.4	173	42.4	333.5	0.8	0.1	

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	18	0.3	1.4	4.1	1.1	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.2	0.2	5.2	0.2	12.5	1.3	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
56.6	198.5	45.3	369.7	0.9	0.2	

Технология приготовления: Филе рыбы без кожи и костей пропускают через мясорубку вместе с луком два раза, добавляют панировочные сухари, соль и предварительно подготовленное яйцо, тщательно перемешивают, выбивают замоченном в молоке хлебом. В полученную массу добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из котлетной массы формируют изделия круглой формы, панируют в сухарях и запекают в жарочной печи при температуре 250-280 С в течение 20-25 минут или в пароконвектомате при температуре 150-160 С в течение 15-20 минут до готовности и достигая в центре продукта температуры не ниже 90 С. Подаются с соусом.

Требования к качеству:

Внешний вид: изделия сохранили свою форму, без трещин

Консистенция: в меру плотная, сочная, однородная

Вкус и запах: запеченной рыбы с ароматом лука

Цвет: срез от белого до серого

Срок реализации: 2 часа, Температура подачи +65-75С

Зима-весна 1 нед. 4 день
 Зима-весна 3 нед. 4 день
 Лето-осень 1 нед. 4 день
 Лето-осень 3 нед. 4 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Напиток "Денсаулык"

Наименование продуктов	Вес брутто	Вес нетто	Химический состав			Калорийность
			Белки	Жиры	Углев	
Лимон	1/5 шт	15				
Яблоко	89	60				
Сахар	10	10				
Вода	150	150				
ВЫХОД		200	0.3	0.1	15.6	68.5

Наличие пищевых аллергенов в блюде: нет

Химический состав и калорийность пищи

	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
Витамины	2.1	0	0.2	2	6.4	1.9
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0	0	0.1	0	4.5	0
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	3.9	12.4	4.3	29.8	0.1	0

Технология приготовления: Яблоки с удаленным семенным гнездом протирают и отжимают сок. Оставшуюся мякоть заливают горячей водой, варят 10 минут, процеживают. В отвар добавляют сахар, затем его доводят до кипения, вливают отжатый яблочный и лимонный сок, охлаждают.

Требования к качеству:

Внешний вид: прозрачный напиток, светло-желтого цвета

Консистенция: жидкая, однородная

Цвет: светло-желтый

Вкус и запах: кисло-сладкий, аромат свежих яблок

Срок реализации: 2-4 часа, Температура подачи не выше 14 С и не ниже 7 С

Зима-весна 1 нед. 3 день

Зима-весна 2 нед. 3 день

Зима-весна 3 нед. 3 день

Зима-весна 4 нед. 3 день

Лето-осень 1 нед. 3 день

Лето-осень 2 нед. 3 день

Лето-осень 3 нед. 3 день

Лето-осень 4 нед. 3 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Митболы из говядины

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав						Калорийность					
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев	белки	жиры	углев	белки	жиры	углев			
Мясо говядины	110	95	118	113	140	130												
Хлеб пшеничный	13	13	15	15	17	17												
Лук репчатый	7	5	8	6	9	7												
Яйцо куриное	1/8	5	1/8	5	1/6	7												
Чеснок	5	4	5	4	5	4												
Масло растительное	5	5	5	5	7	7												
Соль иодированный	2	2	2	2	2	2												
ВЫХОД		70		90		100	15.9	5	3.7	18.3	6.4	6.3	20.5	6.8	7.9	128	161.5	180.9

Наличие пищевых аллергенов в блюде: (я) яйца ; (Г) -глютен

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	22.6	0.1	1.7	0.7	0.3	0.3
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	6.6	122.1	17	230.2	1.9	0.1

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	24.3	0.1	2.4	0.9	0.5	0.5
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	8.3	140.8	20.3	269.4	2.2	0.3

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	25.9	0.1	2.5	1	0.6	0.6
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	9.4	157.4	23	303.3	2.4	0.2

Технология приготовления: Мясо промывают, защищают от сухожилий, пропускают через мясорубку, смешивают с репчатым луком, хлеб замачивают в воде до размягчения, солят и хорошо выбивают. Второй раз мясной фарш пропускают через мясорубку вместе с хлебом замоченным и луком припущенным. Из подготовленной массы формируют митболы в виде шариков, укладывают на противень, смазанный маслом, запекают в жарочной печи при температуре 250-280 С в течение 15-20 минут или пароконвектомате в режиме жар-пар при температуре 165- 170 С в течение 10-15 минут до готовности. При подаче поливают соусом.

Требования к качеству:

Внешний вид: Изделия должны быть круглой формы, не развалившиеся, сочные. Поверхность серовато-кремовая.

Вкус и запах: свойственный мясу.

Срок реализации: 2 часа, Температура подачи +65-75 С

Зима-весна 1 нед. 2 день
Зима-весна 4 нед. 2 день
Лето-осень 1 нед. 2 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Компот из смеси сухофруктов

Наименование продуктов	Вес брутто	Вес нетто	Химический состав			Калорийность
			Белки	Жиры	Углев	
Сухофрукты	20	20				
Сахар	10	10				
Вода	200	200				
ВЫХОД		200	0.3	0.4	15.6	68.5

Наличие пищевых аллергенов в блюде: нет

Химический состав и калорийность пищи

	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
Витамины	2	0	0.2	2	2.5	1.8
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0	0	0.1	0	4	0
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	19	11.2	8.2	109.1	0.4	0

Технология приготовления: Сухофрукты перебирают, сушеные плоды и ягоды закладывают в горячую воду в определенной последовательности, нагревают до кипения всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности. Компот из сухофруктов готовят накануне, чтобы он мог настояться в течение 10-12 часов.

Требования к качеству:

Сухофрукты, сохранившие форму, сварены до полной готовности, компот по

Вкус и запах: вкус кисло-сладкий, аромат, характерный для компота из сухофруктов. Цвет -

Консистенция: жидкая, отвар прозрачный

Зима-весна 2 нед. 4 день
 Зима-весна 3 нед. 4 день
 Зима-весна 4 нед. 4 день
 Лето-осень 1 нед. 4 день
 Лето-осень 2 нед. 4 день
 Лето-осень 3 нед. 4 день
 Лето-осень 4 нед. 4 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Какао на молоке

Наименование продуктов	Вес брутто	Вес нетто	Химический состав			Калорийность
			Белки	Жиры	Углев	
Какао порошок	4	4				
Молоко 2,5%	100	100				
Вода	110	110				
Сахар	10	10				
ВЫХОД		200	3.4	3.2	21.1	127.2

Наличие пищевых аллергенов в блюде: нет

Химический состав и калорийность пищи

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
		0	0	0	0	0.7
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0	0	0	0	0	0
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	156	0	0	0	0.1	0

Технология приготовления: Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу. Затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-шоколадный.

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока.

Запах: свойственный какао.

Зима-весна 1 нед. 1 день
 Зима-весна 2 нед. 1 день
 Зима-весна 3 нед. 1 день
 Зима-весна 4 нед. 1 день
 Лето-осень 1 нед. 1 день
 Лето-осень 2 нед. 1 день
 Лето-осень 3 нед. 1 день
 Лето-осень 4 нед. 1 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Плов с кониной

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность		
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев	белки	жиры	углев	белки	жиры	углев			
Кониная (мякоть)	100	79	120	91	140	115												
Крупа рисовая	50	50	55	55	70	70												
Масло растительное	4	4	5	5	7	7												
Лук репчатый	13	11	15	13	18	16												
Укроп	10	8	10	8	10	8												
Морковь	16	14	18	15	19	17												
Соль	2	2	2	2	5	5												
Иодированная																		
ВЫХОД		200(40/160)		220(50/170)		250(60/200)	19.6	5.7	40.4	21.5	6.9	44.5	23	8.1	56.2	309.5	346.4	410.4

Наличие пищевых аллергенов в блюде: нет

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	226.2	0	2.5	2.2	4.6	1.8
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0.1	0.1	5.5	0.3	16.1	1
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	21.7	153.5	31.6	294.4	2.7	0.1

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	259.6	0	3.1	2.7	4.9	1.9
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0.1	0.1	6	0.3	17.1	1.1
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	22.7	168.5	34.6	321.8	2.9	0.1

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	270.7	0	3.7	3	4.9	2
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0.1	0.1	6.3	0.3	19.6	1.1
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	24.7	183.5	38.7	311	2.8	0.2

Технология приготовления: Мясо нарезают кубиками и варят в большом количестве воды до готовности. Рис перебирают, моют, замачивают на 1,5-2 часа в подсоленной воде комнатной температуры. Лук репчатый режут соломкой, слегка пассеруют с морковью на растительном масле. Заливают овощи горячей водой, равной по весу замоченному рису, доводят до кипения, добавляют рис и варят при слабом кипении до загустения. При отпуске плов взрыхляют.

Требования к качеству:

Вкус и запах: характерный для входящих в состав изделия продуктов, без

Внешний вид и консистенция: рассыпчатая не слипшаяся

Цвет: светло желтый

Зима-весна 1 нед. 5 день
Лето-осень 1 нед. 5 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Компот из свежих яблок

Наименование продуктов	Вес брутто	Вес нетто	Химический состав			Калорийность
			Белки	Жиры	Углев	
Яблоки свежие	143	143				
Сахар	10	10				
Вода	120	120				
ВЫХОД		200	0.3	0	16.9	71.3

Наличие пищевых аллергенов в блюде: нет

Химический состав и калорийность пищи

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	2	0	0.2	2	2.5	
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0	0	0.1	0	4	0
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	19	11.2	8.2	109.1	0.4	0

Технология приготовления: Яблоки очищают, удаляют сердцевину, нарезают дольками. Очистки заливают водой, варят, отвар процеживают, растворяют в нем сахар. В полученный горячий сироп закладывают яблоки и варят 6-8 минут.

Требования к качеству: прозрачный напиток, светло-до темно - коричневого цвета

Консистенция: жидкая, отвар прозрачный с наличием хорошо проваренных яблок

Цвет: светло- до темно-коричневого

Вкус и запах: кисло-сладкий; аромат, характерный для компота из яблок.

Срок реализации: 2-4 часа

Зима-весна 1 нед. 5 день

Зима-весна 2 нед. 5 день

Зима-весна 3 нед. 5 день

Зима-весна 4 нед. 5 день

Лето-осень 1 нед. 5 день

Лето-осень 2 нед. 5 день

Лето-осень 3 нед. 5 день

Лето-осень 4 нед. 5 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Картофельное пюре

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность		
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.			
Картофель	150	118	174	142	207	173												
Молоко 2,5%	22	22	24	24	30	30												
Соль йодированный	2	2	2	2	2	2												
Масло сливочное	7	7	7	7	9	9												
ВЫХОД		130		150		180	2.4	4.7	12.6	2.7	7.3	14.5	3.1	6.5	16.7	104.3	136.4	141.8

Наличие пищевых аллергенов в блюде: (Л) лактоза : (МП) молочные продукты :

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	445.6	0.1	0.3	5.7	10	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
	0.1	0.1	1.4	0.2	13.4	0.1
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	47	55.7	19.8	358.8	0.6	0.1

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	567.9	0.1	0.4	7	11.3	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
	0.1	0.1	1.6	0.2	15.5	0.1
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	55.4	65.4	22.9	415.7	0.7	0.1

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	567.9	0.1	0.4	7	11.3	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
	0.1	0.1	1.6	0.2	15.5	0.1
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	55.4	65.4	22.9	415.7	0.7	0.1

Технология приготовления: Очищенный картофель варят в воде с солью до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель пропускают через протирающую машину. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное сливочное масло. Взбивают до получения пышной массы.

Требования к качеству:

Внешний вид: готовый картофель в протертом виде заправлен горячим

Вкус и запах: приятные, аромат молока и сливочного масла.

Цвет: от кремового до белого, без темных глазков и синеватого, водянистого оттенка.

Консистенция: густая, пышная, однородная

Срок реализации: 2 часа

Зима-весна 1 нед. 4 день
 Зима-весна 2 нед. 4 день
 Зима-весна 3 нед. 4 день
 Зима-весна 4 нед. 4 день
 Лето-осень 1 нед. 4 день
 Лето-осень 2 нед. 4 день
 Лето-осень 3 нед. 4 день
 Лето-осень 4 нед. 4 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Салат из помидоров и огурцов

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав						Калорийность					
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев	белки	жиры	углев	белки	жиры	углев			
Помидоры свежие	44	40	58	50	68	60												
Огурцы	19	15	23	18	35	27												
Лук зеленый	6	3	8	7	10	8												
Соль	2	2	1	1	2	2												
Масло растительное	3	3	5	5	5	5												
ВЫХОД		60		80		100	0.5	3.1	1.4	0.6	3.1	1.9	1.3	3.9	1.4	36	38.9	46

Наличие пищевых аллергенов в блюде: нет

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	48.3	0	2.2	4	9.1	0.7
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	0.3	0	16.2	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
6.9	11.2	5.4	117.2	0.2	0	

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	62.9	0	2.3	5.1	11.9	0.9
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	0.4	0.1	21.1	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
8.9	14.6	7	152.4	0.3	0	

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	77.7	0	3.6	6.8	14.6	1.1
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	0.5	0.1	25.9	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
11.5	18.1	8.7	189	0.4	0	

Технология приготовления: Подготовленные помидоры и огурцы режут тонкими ломтиками, зеленый лук шинкуют. Помидоры и огурцы укладывают вперемежку и посыпают луком. Заправляют растительным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: компоненты равномерно нарезаны, политы маслом растительным;

Вкус, запах: кисло-острый, характерный для свежих помидоров, свежих огурцов и лука с привкусом и ароматом масла растительного;

Консистенция помидоров: упругая, сочная; огурцов – плотная с недоразвитыми водянистыми нежесткими семенами; лука зеленого и лука репчатого – слегка хрустящая, сочная.

Лето-осень 1 нед. 5 день
Лето-осень 3 нед. 5 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Паста Болоньезе

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность		
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.			
Говядина (мякоть)	95	80	100	85	122	107												
Томатная паста	6	6	6	6	8	8												
Йодированный соль	2	2	2	2	3	3												
Лук репчатый	15	12	15	12	15	12												
масло растительное	3	3	4	4	5	5												
чеснок	6	5	6	5	8	7												
морковь	15	12	15	12	15	12												
макароны	63	63	68	68	75	75												
ВЫХОД		200		220		250	24.5	5.5	45.3	27.1	6.7	48.9	30.3	8.00	54.4	335.6	372.3	419.3

Наличие пищевых аллергенов в блюде: (я) яйца : (Г) глютен

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	186.3	0	2.8	1.5	1.3	2.6
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.1	0.1	11.3	0.3	21.4	0.3	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
29.8	243	43.6	450.6	2.7	0.1	

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	211	0	2.8	3.5	1.8	2.8
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.2	0.1	12.5	0.3	23.3	0.3	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
32.6	268.3	47.6	496.5	2.9	0.2	

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	273.4	0	4.3	2.4	2	3.3
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.12	0.1	14.1	0.4	27.4	0.3	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
38.5	300.8	54	583.7	3.2	0.2	

Технология приготовления: Помочь тщательно мясо, пропустите через мясорубку. Лук и чеснок очистить и нарезать, морковь очистить и нарезать мелкими кубиками. Выложить подготовленные овощи и помешивая, тушить на среднем огне, около 10 мин, К овощам добавить фарш говяжий и слегка потушить на медленном огне, разбивая чтобы не было комков, Добавить томатную пасту, посолить, перемешать до кипения, закрыть крышку и потушить на медленном огне. Варить болонезе при едва заметном кипении. За это время периодически помешивая его, при необходимости добавляя горячую воду. Соус с фаршем должен иметь достаточно жидкую консистенцию. Отварить макароны, соусом болонезе заправляют макароны.

Требования к качеству:

Внешний вид: макароны не разваренные, целые, поверх них паста из мяса

Консистенция: мякая

Вкус и запах: свойственные макаронным изделиям с привкусом мяса и овощей с томатом,

соответствует для рецептурных компонентов без посторонних привкусов и запахов

Срок реализации-2 часа Температура подачи +65-75С

Зима-весна 2 нед. 2 день

Лето-осень 2 нед. 2 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Салат "Горное солнце"

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность		
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.			
Морковь	20	16	23	17	26	20												
Капуста белокачанная	40	32	56	45	72	58												
Огурцы свежие	15	14	17	15	21	20												
Соль йодированная	1	1	2	2	3	3												
Масло растительное	3	3	5	5	7	7												
ВЫХОД		60		80		100	0.9	3.30	3.3	1.1	4.30	4.00	1.3	5.30	4.70	46.00	59.10	72.20

Наличие пищевых аллергенов в блюде: нет

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	13.4	0	2.3	32	14.2	1.3
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0	0	0.3	0.1	9.7	0
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	14.1	22.1	7.6	111.3	0.2	0

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	16.4	0	3.1	44.4	19.6	1.7
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0	0	0.4	0.1	12.9	0
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	19	27.4	9.5	144.9	0.3	0.1

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	19.4	0	3.9	56.8	24.9	2.1
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0	0	0.5	0.1	16.1	0
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	23.9	32.7	11.4	178.5	0.4	0.2

Технология приготовления: Капусту белокачанную шинкуют, сырую очищенную морковь нарезают соломкой, добавляют соль, утрамбовывают деревянным пестиком и нагревают, пока слой капусты не осядет. Кладут в неокисляющуюся посуду, затем быстро охлаждают. Нарезают свежие огурцы и смешивают с капустой, при отпуске заправляют растительным маслом. Изготовление салата и заправка осуществляется непосредственно перед раздачей.

Требования к качеству:

Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен маслом

Консистенция: хрустящая, не жесткая, сочная

Вкус и цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Запах: включенных продуктов и растительного масла

Не заправленный салат допускается хранить не более 2 -х часов при температуре плюс 4-2 С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут

Зима-весна 1 нед. 5 день
 Зима-весна 2 нед. 5 день
 Зима-весна 3 нед. 5 день
 Зима-весна 4 нед. 5 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Сырне из говядины

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность		
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев	белки	жиры	углев	белки	жиры	углев			
Говядина (мякоть)	110	91	110	86	130	119												
Лук репчатый	20	17	23	20	26	20												
Морковь	25	20	25	21	28	21												
Картофель	80	60	90	67	102	67												
Укроп	10	7	10	7	10	7												
Масло растительное	4	4	5	5	6	5												
Вода	80	80	80	80	80	80												
Соль	2	0.2	2	2	2	2												
Иддированная																		
Лавровый лист	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1												
Капуста белокочанная	55	44	65	54	73	54												
Чеснок	5	3	5	3	6	3												
ВЫХОД		200		220		250	15.9	6.20	12.20	17.1	7.40	13.80	21	8.00	15.20	183.80	206.40	236.90

Наличие пищевых аллергенов в блюде: нет

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	B1	B2	B3	B6	B9	
	370	0	4	46.6	48.2	3
	0.2	0.1	4.9	0.4	36.3	0.9
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	47.8	127.1	32.5	566.1	2.8	0.1

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	B1	B2	B3	B6	B9	
	374.6	0	4.8	55	56.4	3.4
	0.2	0.1	5.3	0.4	41.7	0.9
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	52.2	137.6	35.7	622.3	3	0.1

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	B1	B2	B3	B6	B9	
	409	0	5.2	70	65	3.9
	0.2	0.2	6.1	0.5	47.6	1.1
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	59	165.8	41.5	725.1	3.5	0.1

Технология приготовления: Мясо нарезают кусками, слегка обжаривают в растительном масле. Очищенный репчатый лук порежьте полукольцами. Зелень мелко порежьте, смешайте с репчатым луком и выложите на мясо. Морковь порежьте полукольцами, болгарский перец крупными кусками и выложите на репчатый лук. Часть капусты порежьте шашечками, выложите слоем. Картофель порежьте кусочками и выложите поверх капусты. Добавьте лавровый лист. Закройте все сверху листьями капусты и закройте крышкой. При подаче посыпьте оставшейся зеленью.

Требования к качеству:

Вкус: приятные, свойственные компонентам, в меру острый, соленый.

Запах: свойственный набору продуктов, с ароматом мяса и овощей.

Цвет: свойственный компонентам, входящим в состав блюд

Срок реализации 2 часа

Зима-весна 3 нед. 5 день

Лето-осень 3 нед. 5 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Филе курицы в сметанном соусе

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность		
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев	белки	жиры	углев	белки	жиры	углев			
Филе курицы	94	88	107	100	115	108												
Сметана 20%	10	8	10	10	10	10												
Мука пшеничная в/с	3	3	5	5	5	5												
Масло сливочное	4	3	6	5	8	5												
Соль йодированная	2	2	2	2	2	2												
ВЫХОД		70		90		100	21.3	4.80	2.40	24.5	7.00	4.00	26.2	5.90	4.00	138.70	176.80	176.80

Наличие пищевых аллергенов в блюде: (МП) молочные продукты (Г) глютен

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	B1	B2	B3	B6	B9	
	62.6	0.1	0.4	0.2	0.1	0.1
	0.1	0.1	13.4	0.5	9.1	0.4
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	21.4	194.3	25.4	248.7	1	0.1

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	B1	B2	B3	B6	B9	
	83.8	0.1	0.4	0.3	0.1	0.1
	0.1	0.1	15.3	0.5	10.6	0.4
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	25.5	223.2	29.3	287.1	1.2	0.2

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	B1	B2	B3	B6	B9	
	83.8	0	0.4	0	0	0.1
	0.1	0.1	16.4	0.6	10.2	0.4
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	25.9	237.5	31	306.6	1.3	0.2

Технология приготовления: Куриное филе нарезать брусочками, посолить, запечь в духовке. Соус довести до кипения, залить курицу. Подготовленную птицу тушат в сметанном соусе. Отпускают вместе с соусом.

Требования к качеству:

Внешний вид: Мясо птицы равномерно приготовлено, колер ровный. Показатель готовности мяса — выделение на разрезе бесцветного сока.

Консистенция: мягкая, мякоть сочная, мясо не распадается, сохраняет форму.

Цвет: белый с желтоватым оттенком.

Вкус и запах: тушеного мяса птицы и вкуса сметаны

Срок реализации 2 часа

Зима-весна 2 нед. 4 день
 Зима-весна 4 нед. 4 день
 Лето-осень 2 нед. 4 день
 Лето-осень 4 нед. 4 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Конина отварная с туздык

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность		
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.			
Конина (мякоть)	120	95	126	105	138	115												
Соль йодированная	2	2	2	2	3	3												
Лук репчатый	25	15	30	28	45	26												
Бульон																		
Сочни	46	46	55	55	75	75												
ВЫХОД		60		80		100	19.3	2.10	1.10	22.3	2.40	1.40	24.1	2.60	1.60	116.30	135.00	146.20

Наличие пищевых аллергенов в блюде: нет

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	15.2	0.3	0.2	0.1	1	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.1	0.1	3.6	0.2	4.2	1.7	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
9.9	138.7	18.1	233.5	4.7	0.1	

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	18.9	0.3	0.3	0.2	0.9	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.1	0.1	4.4	0.2	4.7	2.1	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
9.9	138.7	18.1	232.5	4.7	0.1	

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	21.5	0.4	0.3	0.2	1.6	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.1	0.2	5	0.3	6	2.4	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
15	197	26.4	330.8	6.7	0.1	

Технология приготовления: замешивают пресное тесто так же, как на лапшу, тонко раскатывают и нарезают крупными ромбиками по 8X8 см (сочни). Мясо заливают холодной водой и быстро доводят до кипения. Снимают пену, добавляют соль, и продолжают варить 2-2,5 час при очень слабом кипении до полной готовности мяса. Во время варки бульон периодически перемешивают. Готовое мясо вынимают из бульона, нарезают широкими ломтиками и заливают частью бульона. Добавляют кружочки сырого репчатого лука и доводят до кипения. В бульон кладут сочни и отваривают их. Сначала кладут отварные сочни, на них ломтики мяса с луком и заливают бульоном

Требования к качеству

Внешний вид: Характерный данному блюду.

Цвет: Характерный для входящих в состав изделия продуктов.

Вкус и запах: Характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов и запахов.

Зима-весна 2 нед. 5 день
Лето-осень 2 нед. 5 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Гречка рассыпчатая с овощами

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность		
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев	белки	жиры	углев	белки	жиры	углев			
Крупа гречневая	40	36	48	48	55	55												
Морковь	60	54	60	59	70	66												
Сладкий перец	40	36	45	36	50	46												
Соль йодированная	2	2	2	2	3	3												
Масло сливочное	3	3	5	5	7	7												
ВЫХОД		130		150		180	3	2.80	24.20	3.7	4.40	30.00	4.4	5.90	35.20	140.12	182.50	221.40

Наличие пищевых аллергенов в блюде: (МП) молочные продукты

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	680.6	0	1	10.6	30.7	2.7
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.1	0	1.8	0.2	26.8	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
15.4	63.5	22.2	246.9	0.8	0.1	

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	746.2	0	1	11.3	34.6	3.1
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.2	0.1	2.3	0.3	30.5	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
17.5	76.8	27	280.1	1	0.1	

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	811	0	1.1	13.3	38.7	3.5
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.2	0.1	2.6	0.3	34.4	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
20.4	89.7	30.9	313.2	1.2	0.1	

Технология приготовления: Перед варкой крупу перебирают, удаляя посторонние примеси, затем промывают в теплой воде. Воду сливают. В толстостенную посуду наливают воду, доводят до кипения. Добавляют соль, всыпают промытую гречневую крупу. Кашу отваривают до загустения и дают каше упреть в течение 1-го часа, за это время она приобретает приятный запах и цвет. Овощи мелко нарезают, припускают в масле сливочном, затем добавляют в кашу и еще раз прогревают.

Требования к качеству:

Внешний вид: рассыпчатая, мелкошинкованные овощи равномерно распределены

Консистенция: рассыпчатая, однородная.

Цвет: светло-коричневый

Вкус и запах: гречки и сливочного масла и свойственные набору продуктов

Срок реализации-2 часа

Зима-весна 3 нед. 2 день
Лето-осень 3 нед. 2 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Мясо тушеное с овощами (говядина или конина)

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность			
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
							белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.				
Конина или говядина (мякоть)	100	85	105	95	110	98													
Морковь	15	12	20	18	25	18													
Соль йодированная	2	2	2	2	2	2													
Масло растительное	3	3	3	3	4	3													
Лук репчатый	8	6	8	6	12	15													
Томатная паста	3	3	3	3	3	3													
ВЫХОД		70		90		100	8.8	4.30	0.40	10.1	4.50	0.60	11	5.70	0.60	84.10	93.00	108.00	

Наличие пищевых аллергенов в блюде:нет

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	10.2	0	2.2	0.2	0.5	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	1.9	0.1	4.1	0.5	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
3.6	44.2	6.9	103.3	0.9	0.1	

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	12.3	0	2.2	0.3	0.8	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	1.9	0.1	5	0.5	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
5	45.6	7.6	120.1	1	0.1	

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	13.2	0	3	0.3	0.8	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	2.2	0.1	5.5	0.5	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
5.4	52.1	8.5	133.1	1.1	0.1	

Технология приготовления Нарезанное кубиками по 20-30 г мясо заливают бульоном или водой и доводят до кипения, снимают на поверхности пену, добавляют соль и варят в закрытой посуде, при слабом кипении до готовности, охлаждают, нарезают брусочком. Подготовленный лук, морковь нарезают соломкой и припускают в бульоне или воде с добавлением масла растительного в течение 5-7 минут, затем добавляют томатную пасту и припускают в течение 3-5 минут. Подготовленное мясо соединяют с овощами, солью, заливают оставшимся бульоном, накрывают крышкой и тушат при слабом кипении 10-20 минут до готовности. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист.

Требования к качеству:

Цвет: мяса птицы от светло-коричневого до коричневого. Овощи должны быть мягкими, но не разварившимися, форма нарезки сохранена.
Вкус и аромат: свойственный входящим в рецептуру продуктам.

Срок реализации **2 часа**

Зима-весна 3 нед. 2 день
Лето-осень 3 нед. 2 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Нарын

Наименование продуктов	Вес брутто	Вес нетто	Химический состав			Калорийность
			Белки	Жиры	Углев	
Мясо конина (мякоть)	122	95				
Соль йодированная	2	2				
Лук репчатый	15	15				
Бульон	100	100				
Кеспе	56	3				
ВЫХОД		75/100	24.1	2.60	1.60	146.20

Наличие пищевых аллергенов в блюде:нет

Химический состав и калорийность пищи

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	21.5	0.4	0.3	0.2	1.6	0.3
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.1	0.2	5	0.3	6	2.4	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	15	197	26.4	330.8	6.7	0.1

Технология приготовления: Нарезанное кубиками по 20-30 г мясо заливают бульоном или водой и доводят до кипения, снимают на поверхности пену добавляют соль и варят в закрытой посуде, при слабом кипении до готовности, готовое мясо нарезают мелкими кубиками или соломкой, заливают частью бульона. Добавляют кружочки сырого репчатого лука и доводят до кипения. В бульон кладут кеспе и отваривают. Сначала кладут отварное кеспе, затем мясо с луком и заливают бульоном.

Требования к качеству:

Цвет: Характерный данному блюду

Вкус и запах: характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов

Срок реализации 2 часа

Зима-весна 4 нед. 5 день
Лето-осень 4 нед. 5 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Каша пшеничная молочная

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав						Калорийность					
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев	белки	жиры	углев	белки	жиры	углев			
Крупа пшеничная	30	30	35	35	40	40												
Соль йодированная	2	2	2	2	2	2												
Молоко 2,5%	120	120	140	140	180	180												
Сливочное масло	10	10	10	10	10	10												
Сахар	5	5	6	6	7	7												
ВЫХОД		200		230		250	7.44	8.07	35.28	8.56	9.28	40.57	9.3	10.09	44.10	243.92	280.50	304.90

Наличие пищевых аллергенов в блюде: (МП) молочные продукты

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	56.6	0.16	0.25	31	1.98	1.37
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0.1	0.26		0.17		
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	188.96	2.82	44.1	267.1	0.69	431.2

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	57.9	0.18	0.27	33	2.3	1.39
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0.1	0.27		0.19		
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	189.2	2.98	45.2	269.5	0.72	435.2

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	58.8	0.19	0.29	35	2.6	1.42
	B1	B2	B3	B6	B9	B12
	0.1	0.29		0.21		
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	191.3	3.23	46.1	271.6	0.92	438.2

Технология приготовления: Пшено заливаем кипятком, размешиваем и откидываем на сито даем стечь воде. В кастрюле нагреваем до кипения воду, в кипящую воду закладываем пшено и варим до полуготовности, вливаем молоко, добавляем соль и сахар. Варим молочную кашу с пшеном на медленном огне, помешивая 15-20 минут. Выключаем и оставляем кашу под крышкой на 5 -10 мин., чтоб каша хорошо упрела. Готовую пшеничную кашу выкладываем на тарелку и подаем со сливочным маслом.

Требования к качеству:

Цвет: Характерный данному блюду

Вкус и запах: Характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов

Срок реализации 2 часа

Зима-весна 1 нед. 3 день
 Зима-весна 2 нед. 1 день
 Зима-весна 3 нед. 3 день
 Лето-осень 1 нед. 3 день
 Лето-осень 2 нед. 1 день
 Лето-осень 3 нед. 3 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Каша рисовая молочная

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав						Калорийность					
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.			
Крупа рисовая	30	30	35	35	40	40												
Соль йодированная	2	2	2	2	2	2												
Молоко 2,5%	120	120	140	140	180	180												
Сливочное масло	10	10	10	10	10	10												
Сахар	5	5	6	6	7	7												
ВЫХОД		200		230		250	7.54	7.83	42.38	8.67	9.00	48.74	9.43	9.79	52.98	271.09	311.75	338.86

Наличие пищевых аллергенов в блюде: (МП) молочные продукты

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	55.5	0.14	0.23	30	1.95	1.35
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.1	0.25		0.17			
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
188.16	2.7	43.72	265.63	0.64	429.54	

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	63.83	0.16	0.26	34.5	2.24	1.55
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.12	0.29		0.19			
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
216.38	2.3	50.28	312.63	0.74	493.97	

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	69.38	0.18	0.28	37.5	2.43	1.69
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.13	0.32		0.21			
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
235.2	2.5	54.65	339.81	0.8	536.92	

Технология приготовления: В кастрюле вскипятим воду, рис промываем несколько раз и засыпаем в кипящую воду и варим 8-10 мин время от времени помешивая. Варим на медленном огне, рис должен чуть-чуть кипеть. Откинуть рис на сито, дать стечь воде. Промыть рис теплой водой, чтобы не было комочков. В кастрюле подогреваем молоко. Всыпаем рис в молоко, размешиваем и варим, часто помешивая, на слабом огне 15-20 минут. Перед выключением добавляем соль и сахар, закрыть крышкой. Готовую рисовую кашу выкладываем на тарелку и подаем со сливочным маслом.

Требования к качеству:

Цвет: Характерный данному блюду

Вкус и запах: Характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов

Срок реализации 2 часа

Зима-весна 1 нед. 1 день
 Зима-весна 3 нед. 1 день
 Зима-весна 4 нед. 1 день
 Лето-осень 1 нед. 1 день
 Лето-осень 3 нед. 1 день
 Лето-осень 4 нед. 1 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Каша молочная "Достык"

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность		
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев	белки	жиры	углев	белки	жиры	углев			
Крупа рисовая	20	20	25	25	30	30												
Крупа гречневая	20	20	20	20	25	25												
Соль йодированная	2	2	2	2	2	2												
Молоко 2,5%	120	120	140	140	180	180												
Сливочное масло	10	10	10	10	10	10												
Сахар	5	5	6	6	7	7												
ВЫХОД		200		230		250	7.56	7.95	44.32	7.78	8.21	46.26	8.82	8.65	48.32	273.20	275.40	278.30

Наличие пищевых аллергенов в блюде: (МП) молочные продукты

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	B1	B2	B3	B6	B9	
	56.3	0.15	0.24	32	2.21	1.37
	0.1		0.26		0.18	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	189.23	2.87	44.81	266.82	0.78	431.25

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	B1	B2	B3	B6	B9	
	57.2	0.16	0.25	33	2.23	1.39
	0.1	0.28		0.19		
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	190.21	2.89	46.82	268.92	0.88	433.26

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	B1	B2	B3	B6	B9	
	58.2	0.17	0.26	34	2.25	1.41
	0.1	0.29		0.21		
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	192.32	2.96	47.93	269.96	0.92	435.63

Технология приготовления: Вскипятим воду, гречневую и рисовую крупу перебрать, хорошо промываем горячей водой (можно залить кипятком на 5 минут, тогда не будет горечи и крупа сварится быстрее). Гречневую и рисовую крупу заливаем горячей водой, поставим на огонь, посолим, снимаем пенку. Варим на небольшом огне. Вскипятим молоко, затем доливаем горячее молоко и продолжаем варить кашу на умеренном огне (около 10 мин). А затем на слабом огне под крышкой до полного загустения. Добавим сахар в готовую кашу, заправляем сливочным маслом.

Требования к качеству:

Цвет: Характерный данному блюду

Вкус и запах: Характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов

Срок реализации 2 часа

Зима-весна 2 нед. 3 день
 Зима-весна 4 нед. 3 день
 Лето-осень 2 нед. 3 день
 Лето-осень 4 нед. 3 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: КЕФИР 2,5%

Наименование продуктов	Вес брутто	Вес нетто	Химический состав			Калорийность
			Белки	Жиры	Углев	
Кефир 2,5%	150	150				
ВЫХОД		150	4.35	3.75	6.00	79.50

Наличие пищевых аллергенов в блюде: (Л) лактоза

Химический состав и калорийность пищи

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	33	0	0	0	1	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0.3	1.6	0	3.3	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	180	135	21	219	0.1	0.1

Зима-весна 1 нед. 2 день
 Зима-весна 2 нед. 2 день
 Зима-весна 3 нед. 2 день
 Зима-весна 4 нед. 2 день
 Лето-осень 1 нед. 2 день
 Лето-осень 2 нед. 2 день
 Лето-осень 3 нед. 2 день
 Лето-осень 4 нед. 2 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Яблоки

Наименование продуктов	Вес брутто	Вес нетто	Химический состав			Калорийность
			Белки	Жиры	Углев	
Яблоки	120	100				
ВЫХОД		100	0.3	0.10	13.20	56.00

Наличие пищевых аллергенов в блюде:

Химический состав и калорийность пищи

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	5	0	0.5	5	11	1.9
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	0.3	0	5	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	5	10	5	110	0.2	0.3

Зима-весна 1 нед. 1-3 день
 Зима-весна 2 нед. 1-3 день
 Зима-весна 3 нед. 1-3 день
 Зима-весна 4 нед. 1-3 день
 Лето-осень 1 нед. 1-3 день
 Лето-осень 2 нед. 1-3 день
 Лето-осень 3 нед. 1-3 день
 Лето-осень 4 нед. 1-3 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Хлеб ржано-пшеничный

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность			
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
							белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.				
Ржано-пшеничный хлеб	20	20	35	35	40	40													
ВЫХОД		20		35		40	1.5	0.20	9.20	2.5	0.35	16.10	2.9	0.40	18.40	45.00	78.75	90.00	

Наличие пищевых аллергенов в блюде: нет

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	0	0	0,06	0,13	0	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	0,33	0,05	3,5	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	3,9	17,06	4,4	27,73	0,2	0,066

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	0	0	0,11	0,23	0	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0,1	0	1	0,1	10,4	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	6,06	29,9	7,7	48,53	0,35	0,11

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	0	0	0,1	0,4	0	
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0,1	0	1	0,1	10,4	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
	7,7	34,13	8,8	55,5	0,4	0,13

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Ежики из говядины

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность		
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.	белки	жиры	углев.			
Мясо мякоть говядина	60	57	70	67	85	79												
Рис	5	5	8	8	11	11												
Соль иодированный	2	2	2	2	3	3												
масло сливочное	3	3	4	4	5	5												
яйцо куриное	1/8	5	1/8	5	1/8	5												
пшеничная мука	6	6	7	7	8	8												
молоко 2,5%	17	17	25	25	28	28												
лук репчатый	10	8	20	18	28	27												
ВЫХОД		70		80		90	13.2	4.50	6.60	16	5.90	11.90	19.5	6.40	20.10	124.50	170.00	225.60

Наличие пищевых аллергенов в блюде: (МП) молочные продукты (Г) глютен,Л/лактоза/ Я/яйцо

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	34.8	0.2	0.4	0.7	0.8	0.4
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0.1	3.5	0.1	10.6	0.8	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
26.3	101.1	14.1	186.2	1.3	0	

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	44.2	0.2	0.5	0.9	1.2	0.6
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.1	0.1	4.5	0.2	13.6	1	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
38	133.3	20	248.7	1.6	0	

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	44.2	0.2	0.5	0.9	1.2	0.6
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0.1	0.1	4.5	0.2	13.6	1	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
38	133.3	20	248.7	1.6	0	

Технология приготовления: В приготовленный фарш добавляют заранее рис и соль. Перемешивают ингредиенты в однородный фарш. Добавляют в фарш пассерованный репчатый лук. Тщательно перемешивают, формируют из фарша шарики из расчета на 1 порцию 3-4 шт ежика. Обваливают в муке, складывают шарики в предварительно смазанные маслом форму для запекания. Запекают при температуре 220 С. Тефтели должны подрумяниться в сковородке, подсушивают до легкого карамельного оттенка муку. Нарезанное кубиками по 20-30 г мясо заливают бульоном или водой и доводят до кипения, снимают на поверхности пену, добавляют соль и варят в закрытой посуде, при слабом кипении до готовности, охлаждают, нарезают брусочком. Подготовленный лук, морковь нарезают соломкой и припускают в бульоне или воде с добавлением масла растительного в течение 5-7 минут, затем добавляют томатную пасту и припускают в течении 3-5 минут. Подготовленное мясо соединяют с овощами, солью, заливают оставшимся бульоном , накрывают крышкой и тушить при слабом кипении 10-20 минут до готовности. Растирают со сливочным маслом. Массу перекладывают в посуду и заливают горячим молоком. Соус необходимо постоянно перемешивать, а когда загустеет процедить. Заливают ежики разведенным с водой соусом. Готовят еще 15 минут при максимальном нагреве. Подают с гарниром, поливая соусом.

Требования к качеству: Внешний вид тефтели круглой формы выложены на гарнир политой с соусом
Консистенция: мягкая нежная сочная

Цвет: соответствует запеченным изделиям и соусом молочного цвета

Вкус и запах: приятные присущие блюду из котлетной массы

Срок реализации 2 часа

Температура подачи +65-75 С

Лето-осень 3 нед. 2 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Нарезка из помидоров и огурцов

Наименование продуктов	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет		Химический состав									Калорийность		
	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	вес брутто	вес нетто	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет			7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
							белки	жиры	углев	белки	жиры	углев	белки	жиры	углев			
Помидоры свежие	40	30	45	38	50	40												
Огурец свежий	35	30	45	43	50	48												
ВЫХОД		60		80		100	0.5	0.10	1.3	0.5	0.10	1.5	0.5	0.10	1.7	8.80	10.30	11.80

Наличие пищевых аллергенов в блюде: нет

7-10 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	46.9	0	0.3	5	8.1	0.6
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	0.3	0	14.2	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
6.4	10.8	5.4	115.1	0.2	0	

Химический состав и калорийность пищи

11-14 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	55.2	0	0.3	6.2	9.5	0.8
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	0.3	0	16.6	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
7.8	12.7	6.4	135.8	0.2	0	

15-18 лет

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	6.3.5	0	0.3	7.4	10.9	1
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	0.3	0	19	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
9.2	14.6	7.4	156.5	0.2	0	

Технология приготовления: Помидоры и свежие огурцы обдают кипятком, режут тонкими ломтиками, раскладывают на тарелку. Изготовление салата осуществляется непосредственно перед раздачей. Хранение салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4+2 С. Температура подачи не ниже +15 15 С

Требования к качеству:

Внешний вид: Овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен маслом

Консистенция: Хрустящая, не жесткая, сочная

Вкус и цвет: Свойственный входящим в блюдо продуктам

Запах включенных продуктов

Лето-осень 4 нед. 5 день

Лето-осень 2 нед. 5 день

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: Соус сметанный с томатом

Наименование продуктов	Вес брутто	Вес нетто	Химический состав			Калорийность
			Белки	Жиры	Углев	
Сметана 20%	10	10				
Мука пшеничная в/с	2	2				
томатная паста	5	5				
Масло сливочное	3	3				
Соль	2	2				
ВЫХОД		25	0.6	3.90	2.30	45.10

Наличие пищевых алергенов в блюде: (МП) молочные продукты (Г) глютен Л /лактоза/

Химический состав и калорийность пищи

Витамины	A	D	E	K	C	Пищевые волокна
	39.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2
B1	B2	B3	B6	B9	B12	
0	0	0.3	0	1.4	0	
Минералы	Ca	P	Mg	K	Fe	Na
13.2	9.9	1.7	17	0	0	

Технология приготовления: Муку подсушивают до светло-желтого цвета (или без изменения цвета) на противне слоем не более 5см в жарочном шкафу при температуре 110-120 С охлаждают до 50 С и просеивают ,кладут сливочное масло и растирают до однородной массы. Добавляют сметану и томатную пасту, варят 7-10 мин при слабом кипении ,солят и процеживают

Требования к качеству:

Внешний вид: однородная нерасслоившаяся масса без комочков

Консистенция: эластичная вязкая ,полужидкая

Цвет: светло розового

Вкус и запах: свежий сметаны и томата ,умеренно соленый

Зима-весна 1 нед. 2 день
 Зима-весна 2 нед. 4 день
 Зима-весна 3 нед. 2 день
 Зима-весна 4 нед. 2 день
 Зима-весна 4 нед. 4 день
 Лето-осень 1 нед. 2 день
 Лето-осень 2 нед. 4 день
 Лето-осень 3 нед. 2 день
 Лето-осень 4 нед. 2 день
 Лето-осень 4 нед. 4 день