



Согласовано

Руководитель МОБУ СОШ д. Кипчигайтас
И. И. Кудряшова

Утверждаю

Директор ООО «Центр питания»
И. И. Кудряшова



Основное 2-х недельное меню
Для организации питания детей в возрасте 1,5-3,3-7 лет;
посещающих дошкольные образовательные учреждения
с пребыванием 9,5 часов
на осенне-зимний период.





УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "Центр питания"

/Урманова Н.С./

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)Сезон: **Осень-зима**
Возрастная категория: **Дети до 3 лет пос.**

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	6,67	8,08	29,18	216	КП22115
Какао с молоком	150	0,3	1,73	7,65	52	КП22089
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,14	3,57	9,29	25	КП22197
Всего в Завтрак	350	9,11	13,38	46,12	292	
Завтрак второй						
Компот из смеси сухофруктов	100	0,5	0,03	13,75	55	КП22008
Всего в Завтрак второй	100	0,5	0,03	13,75	55	
Обед						
Суп картофельный с вермишелью	150	1	2,56	10,1	113	КП22231
Плов из куриного филе	130	11,7	13,52	31,2	247	КП22155
Напиток яблочный	150	0,23	0,08	7,73	32	КП22007
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	475	16,54	19,25	65,69	496	
Полдник						
Картофельное пюре	100	2,51	4,98	13,42	133	КП22176
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ХБАРХ01
Всего в Полдник	270	4,26	5,22	25,97	200	
Всего в день	1 195	30,4	37,88	151,54	1 044	

1-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша манная молочная	160	6,9	8,05	18,66	199	КП22124
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП22003
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП22199
Всего в Завтрак	350	13,55	11,65	41,63	342	
Завтрак второй						
Фрукты свеж. (шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в Завтрак второй	100	0,4	0,4	8,8	82	
Обед						
Салат "Студенческий" (картофель, морковь, зел. горошек, лук, масло раст)	50	1,75	5,88	3,13	73	КП22321
Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	150	1,3	3	9,3	120	КП22031
Гуляш из говядины, макароны отварные с маслом (35/130)	165	3,22	4,86	23,38	187	КП22692
Компот из смеси сухофруктов	150	0,75	0,04	20,63	83	КП22008
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01

Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,02	2,0	7,0		
Всего в Обед	560	10,64	16,87	73,09	566	
Полдник						
Каша гречневая тушенная с овощами	100	5,6	3,6	23,07	149	КП22698
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ХБАРХ01
Всего в Полдник	270	7,35	3,84	35,62	217	
Всего в день	1 280	31,94	32,77	159,15	1 206	

1-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Суп молочный с вермишелью	165	3,63	3,47	13,12	98	КП22069
Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	150	1,8	2,48	7,65	52	КП22573
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,14	3,57	9,29	25	КП22197
Всего в Завтрак	350	7,57	9,51	30,06	175	
Завтрак второй						
Йогурт	100	2,1	2,2	10	96	КП22246
Всего в Завтрак второй	100	2,1	2,2	10	96	
Обед						
Салат "Степной"(Картофель/морковь/огурцы соленные/лук)	50	0,75	1,75	3,38	33	КП22248
Свекольник со сметаной	150	1,5	3,46	6,26	78	КП22316
Каша рисовая рассыпчатая с маслом	130	4,22	3,19	26,61	172	КП22113
Котлеты куриные с соусом томатным	85	0,13	1,33	0,8	16	КП22697
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	150	0,15	0,08	12,9	525	КП22693
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	625	10,37	12,9	66,61	928	
Полдник						
Рагу из овощей	100	1,33	3,33	10,53	57	КП22172
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Булочка с посыпкой	50	3,7	3,8	23,9	145	КП22249
Всего в Полдник	325	7,18	7,43	48,91	281	
Всего в день	1 400	27,22	32,04	155,57	1 480	

1-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша пшеничная молочная	165	2,59	3,96	15,4	161	КП22103
Какао с молоком	150	0,3	1,73	7,65	52	КП22572
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП22199
Всего в Завтрак	355	9,39	9,29	41,15	334	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в Завтрак второй	100	0,4	0,4	8,8	82	
Обед						
Винегрет овощной	50	0,63	1,13	3,62	28	КП22181
Суп картофельный с лапшой домашней	150	3,59	4,55	12	169	КП22156
Каша гречневая рассыпчатая с мясом	130	7,66	6,86	11,56	153	КП22547
Напиток яблочный	150	0,23	0,08	7,73	32	КП22007
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02

Всего в Обед	525	15,71	15,71	51,57	486	
Полдник						
Сырники из творога с соусом молочным	150	16,5	16,35	22,35	294	КП222565
Кисель фруктовый	150			2,27	57	КП22169
Всего в Полдник	250	16,5	16,35	24,62	351	
Всего в день	1 230	42	41,75	126,13	1 253	

1-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша кукурузная молочная	165	6,27	5,61	30,8	179	КП22122
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП22003
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,14	3,57	9,29	25	КП22197
Всего в Завтрак	350	8,56	9,18	44,96	224	
Завтрак второй						
Кефир	100	2,81	0,05	3,63	26	КП22165
Всего в Завтрак второй	100	2,81	0,05	3,63	26	
Обед						
Свекла отварная(порционно)	50	0,75		3,62	18	КП22194
Суп крестьянский с крупой (пшено)	150	2,5	2,12	14	98	КП22275
Картофельное пюре	130	3,26	6,48	17,44	172	КП22176
Биточки рыбные с соусом томатным	85	9,33	5,08	10,67	125	КП22557
Компот из вишни	150	0,23	0,08	7,73	32	КП22002
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	625	19,68	16,85	70,13	549	
Полдник						
Макароны, запеченные с сыром	100	7,5	8	15	187	КП22577
Чай с молоком и сахаром	150	1,5	3,75	13,5	56	КП22164
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ХБАРХ01
Всего в Полдник	270	10,6	11,99	36,18	290	
Всего в день	1 345	41,66	38,07	154,89	1 089	

2-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Суп молочный с вермишелью	165	3,63	3,47	13,12	98	КП22069
Какао с молоком	150	0,3	1,73	7,65	52	КП22089
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП22199
Всего в Завтрак	355	10,43	8,79	38,87	272	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в Завтрак второй	100	0,4	0,4	8,8	82	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,1	3,3	16,1	65	КП22037
Плов из куриного филе	130	11,7	13,52	31,2	247	КП22155
Компот из смеси сухофруктов	150	0,75	0,04	20,63	83	КП22008
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	475	17,17	19,96	84,59	498	
Полдник						
Каша пшённая молочная жидкая	100	3,74	4,4	17,6	125	КП22118
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ХБАРХ01

Всего в день	1 200	33,48	33,79	162,41	1 044
---------------------	--------------	--------------	--------------	---------------	--------------

2-ая неделя/Вторник						
Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша пшеничная молочная	165	2,59	3,96	15,4	161	КП22103
Чай с молоком и сахаром	150	1,5	3,75	13,5	56	КП22164
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,14	3,57	9,29	25	КП22197
Всего в Завтрак	350	6,23	11,28	38,19	242	
Завтрак второй						
Компот из свежих плодов (яблоко, лимон)	100	0,1	0,05	8,6	350	КП22693
Всего в Завтрак второй	100	0,1	0,05	8,6	350	
Обед						
Салат "Здоровье"	50	1,13	6,37	11,75	123	КП22439
Суп картофельный с бобовыми и гречками	150	4,5	2,6	25	150	КП22171
Вак-беляш	100	6,2	8	23,8	202	КП22276
Компот из смеси сухофруктов	150	0,75	0,04	20,63	83	КП22008
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	495	16,19	20,11	97,84	661	
Полдник						
Каша гречневая рассыпчатая	100	3,19	3,33	14	137	КП22173
Подлив овощной	20	0,2	0,73	1,73	11	КП22261
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Всего в Полдник	295	5,54	4,37	30,21	227	
Всего в день	1 240	28,06	35,81	174,84	1 480	

2-ая неделя/Среда						
Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша кукурузная молочная	165	6,23	5,58	30,6	178	КП22121
Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	150	1,8	2,48	7,65	52	КП22573
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП22199
Всего в Завтрак	355	14,53	11,65	56,35	352	
Завтрак второй						
Йогурт	100	2,1	2,2	10	96	КП22246
Всего в Завтрак второй	100	2,1	2,2	10	96	
Обед						
Салат из свеклы на растительном масле	50	1,25	3,75	25	95	КП22170
Суп с рисовой крупой	150	1,6	1,5	10	101	КП22260
Макаронные отварные с фрикадельками куриными под белым соусом (130/36/24)	190	3,72	5,6	26,98	215	КП22644
Компот из вишни	150	0,23	0,08	7,73	32	КП22002
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	585	10,41	14,02	86,37	547	
Полдник						
Сырники из творога с соусом молочным	150	16,5	16,35	22,35	294	КП22565
Кисель фруктовый	150			2,27	57	КП22169
Всего в Полдник	250	16,5	16,35	24,62	351	
Всего в день	1 290	43,54	44,23	177,34	1 346	

Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	11,08	26,74	49,16		
---	-------	-------	-------	--	--

2-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	6,67	8,08	29,18	216	КП22115
Какао с молоком	150	0,3	1,73	7,65	52	КП22572
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,14	3,57	9,29	25	КП22197
Всего в Завтрак	350	9,11	13,38	46,12	292	
Завтрак второй						
Напиток яблочный	100	0,15	0,05	5,15	22	КП22007
Всего в Завтрак второй	100	0,15	0,05	5,15	22	
Обед						
Суп картофельный с лапшой домашней	150	3,59	4,55	12	169	КП22156
Пюре гороховое	130	2,76	1,6	25,09	123	КП22119
Тефтели из говядины	60	12,6	13,2	16,2	218	КП22486
Компот из свежих плодов (яблоко, лимон)	150	0,15	0,08	12,9	525	КП22693
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	575	22,71	22,53	82,85	1 139	
Полдник						
Картофельное пюре	100	2,51	4,98	13,42	133	КП22176
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Всего в Полдник	275	4,66	5,28	27,89	212	
Всего в день	1 300	36,63	41,24	162,02	1 664	

2-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная	165	7,84	11,27	26,4	235	КП22106
Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	150	1,8	2,48	7,65	52	КП22099
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП22199
Всего в Завтрак	355	16,14	17,34	52,15	409	
Завтрак второй						
Кефир	100	2,81	0,05	3,63	26	КП22165
Всего в Завтрак второй	100	2,81	0,05	3,63	26	
Обед						
Салат "Студенческий" (картофель, морковь, зел. горошек, лук, масло раст)	50	1,75	5,88	3,13	73	КП22321
Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	150	0,98	2,73	6,57	55	КП22046
Каша гречневая рассыпчатая	130	4,15	4,33	18,2	179	КП22173
Биточки рыбные с белым соусом	85	0,16	1,06	0,96	14	КП22641
Компот из смеси сухофруктов	150	0,75	0,04	20,63	83	КП22008
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	625	11,41	17,14	66,14	506	
Полдник						
Макароны, запеченные с сыром	100	7,5	8	15	187	КП22577
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ХБАРХ01
Всего в Полдник	270	9,25	8,24	27,56	254	
Всего в день	1 350	39,61	42,77	149,48	1 195	
Итого		354,52	380,34	1 573,36	12 802	
Среднее за период		35,45	38,03	157,34	1 280	



УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "Центр питания"

/Урманова Н.С./

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)

Сезон:

Осень-зима

Возрастная категория: Дети с 3 до 7 лет пос

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	6,67	8,08	29,18	216	КП22115
Какао с молоком	200	0,4	2,3	10,2	69	КП22089
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,14	3,57	9,29	25	КП22197
Всего в Завтрак	400	9,21	13,95	48,67	310	
Завтрак второй						
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10	46	КП22175
Всего в Завтрак второй	100	0,5	0,1	10	46	
Обед						
Суп картофельный с вермишелью	200	1,33	3,41	13,47	151	КП22231
Плов из куриного филе	130	11,7	13,52	31,2	247	КП22155
Напиток яблочный	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22007
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	575	16,95	20,13	71,63	545	
Полдник						
Картофельное пюре	100	2,51	4,98	13,42	133	КП22176
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ХБАРХ01
Всего в Полдник	320	4,31	5,22	27,6	207	
Всего в день	1 395	30,96	39,41	157,9	1 107	

1-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша манная молочная	160	6,9	8,05	18,66	199	КП22124
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП22199
Всего в Завтрак	400	13,6	11,65	43,26	348	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в Завтрак второй	100	0,4	0,4	8,8	82	
Обед						
Салат "Студенческий" (картофель, морковь,зел.горошек, лук, масло раст)	50	1,75	5,88	3,13	73	КП22321
Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200	3,73	5	16	160	КП22032
Гуляш из говядины,макароньы отварные с маслом(35/130)	165	3,22	4,86	23,38	187	КП22692
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП22008
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01

Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,02	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	660	13,32	18,89	86,67	633	
Полдник						
Каша гречневая тушенная с овощами	100	5,6	3,6	23,07	149	КП22698
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ХБАРХ01
Всего в Полдник	320	7,4	3,84	37,25	224	
Всего в день	1 480	34,72	34,78	175,97	1 287	

1-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Суп молочный с вермишелью	165	3,63	3,47	13,12	98	КП22069
Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2,4	3,3	10,2	69	КП22573
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,14	3,57	9,29	25	КП22197
Всего в Завтрак	400	8,17	10,33	32,61	192	
Завтрак второй						
Йогурт	100	2,1	2,2	10	96	КП22246
Всего в Завтрак второй	100	2,1	2,2	10	96	
Обед						
Салат "Степной"(Картофель/морковь/огурцы соленные/лук)	50	0,75	1,75	3,38	33	КП22248
Свекольник со сметаной	200	2	4,61	8,35	104	КП22316
Каша рисовая рассыпчатая с маслом	130	4,22	3,19	26,61	172	КП22113
Котлеты куриные с соусом томатным	85	0,13	1,33	0,8	16	КП22697
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	200	0,2	0,1	17,2	700	КП22693
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	725	10,92	14,08	72,99	1 129	
Полдник						
Рагу из овощей	100	1,33	3,33	10,53	57	КП22172
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Булочка с посыпкой	50	3,7	3,8	23,9	145	КП22249
Всего в Полдник	375	7,23	7,43	50,53	288	
Всего в день	1 600	28,42	34,05	166,13	1 705	

1-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша пшеничная молочная	165	2,59	3,96	15,4	161	КП22103
Какао с молоком	200	0,4	2,3	10,2	69	КП22572
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП22199
Всего в Завтрак	405	9,49	9,86	43,7	352	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в Завтрак второй	100	0,4	0,4	8,8	82	
Обед						
Винегрет овощной	50	0,63	1,13	3,62	28	КП22181
Суп картофельный с лапшой домашней	200	4,79	6,07	16	225	КП22156
Каша гречневая рассыпчатая с мясом	130	7,66	6,86	11,56	153	КП22547
Напиток яблочный	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22007
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02

Всего в Обед	625	16,98	17,25	58,14	553	
Полдник						
Сырники из творога с соусом молочным	150	16,5	16,35	22,35	294	КП22565
Кисель фруктовый	200			3,02	76	КП22169
Всего в Полдник	300	16,5	16,35	25,37	370	
Всего в день	1 430	43,37	43,86	136,01	1 356	

1-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша кукурузная молочная	165	6,27	5,61	30,8	179	КП22122
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,14	3,57	9,29	25	КП22197
Всего в Завтрак	400	8,61	9,18	46,59	231	
Завтрак второй						
Кефир	100	2,81	0,05	3,63	26	КП22165
Всего в Завтрак второй	100	2,81	0,05	3,63	26	
Обед						
Свекла отварная(порционно)	50	0,75		3,62	18	КП22194
Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	3,33	2,83	18,67	131	КП22275
Картофельное пюре	130	3,26	6,48	17,44	172	КП22176
Биточки рыбные с соусом томатным	85	9,33	5,08	10,67	125	КП22557
Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22002
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	725	20,59	17,59	77,37	592	
Полдник						
Макароны, запеченные с сыром	100	7,5	8	15	187	КП22577
Чай с молоком и сахаром	200	2	5	18	75	КП22164
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ХБАРХ01
Всего в Полдник	320	11,1	13,24	40,68	309	
Всего в день	1 545	43,11	40,05	168,26	1 158	

2-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Суп молочный с вермишелью	165	3,63	3,47	13,12	98	КП22069
Какао с молоком	200	0,4	2,3	10,2	69	КП22089
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП22199
Всего в Завтрак	405	10,53	9,37	41,42	289	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в Завтрак второй	100	0,4	0,4	8,8	82	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,47	4,4	21,47	87	КП22037
Плов из куриного филе	130	11,7	13,52	31,2	247	КП22155
Инстантный напиток витаминизированный	200	4		25	80	КП22180
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	575	20,78	21,02	94,33	517	
Полдник						
Каша пшённая молочная жидкая	100	3,74	4,4	17,6	125	КП22118
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ХБАРХ01

Всего в полдник	320	5,54	4,64	31,78	199	
Всего в день	1 400	37,25	35,43	176,33	1 087	

2-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша пшеничная молочная	165	2,59	3,96	15,4	161	КП22103
Чай с молоком и сахаром	200	2	5	18	75	КП22164
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,14	3,57	9,29	25	КП22197
Всего в Завтрак	400	6,73	12,53	42,69	261	
Завтрак второй						
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10	46	КП22175
Всего в Завтрак второй	100	0,5	0,1	10	46	
Обед						
Салат "Здоровье"	50	1,13	6,37	11,75	123	КП22439
Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	7,5	5	15,13	200	КП22228
Вак-беляш	100	6,2	8	23,8	202	КП22276
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП22008
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	595	19,44	22,53	94,84	738	
Полдник						
Каша гречневая рассыпчатая	100	3,19	3,33	14	137	КП22173
Подлив овощной	20	0,2	0,73	1,73	11	КП22261
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Всего в Полдник	345	5,59	4,37	31,83	234	
Всего в день	1 440	32,26	39,52	179,37	1 279	

2-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша кукурузная молочная	165	6,23	5,58	30,6	178	КП22121
Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2,4	3,3	10,2	69	КП22573
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП22199
Всего в Завтрак	405	15,13	12,48	58,9	369	
Завтрак второй						
Йогурт	100	2,1	2,2	10	96	КП22246
Всего в Завтрак второй	100	2,1	2,2	10	96	
Обед						
Салат из свеклы на растительном масле	50	1,25	3,75	25	95	КП22170
Суп с рисовой крупой	200	2,13	2	13,33	135	КП22260
Макароны отварные с фрикадельками куриными под белым соусом(130/36/24)	190	3,72	5,6	26,98	215	КП22644
Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22002
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	685	11,02	14,55	92,28	591	
Полдник						
Сырники из творога с соусом молочным	150	16,5	16,35	22,35	294	КП22565
Кисель фруктовый	200			3,02	76	КП22169
Всего в Полдник	300	16,5	16,35	25,37	370	
Всего в день	1 490	44,75	45,58	186,55	1 427	

2-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	6,67	8,08	29,18	216	КП22115
Какао с молоком	200	0,4	2,3	10,2	69	КП22572
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,14	3,57	9,29	25	КП22197
Всего в Завтрак	400	9,21	13,95	48,67	310	
Завтрак второй						
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10	46	КП22175
Всего в Завтрак второй	100	0,5	0,1	10	46	
Обед						
Суп картофельный с лапшой домашней	200	4,79	6,07	16	225	КП22156
Тефтели из говядины	60	12,6	13,2	16,2	218	КП22486
Пюре гороховое	130	2,76	1,6	25,09	123	КП22119
Компот из свежих плодов (яблоко, лимон)	200	0,2	0,1	17,2	700	КП22693
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	675	23,96	24,07	91,15	1 370	
Полдник						
Картофельное пюре	100	2,51	4,98	13,42	133	КП22176
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Всего в Полдник	325	4,71	5,28	29,52	219	
Всего в день	1 500	38,37	43,41	179,34	1 944	

2-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная	165	7,84	11,27	26,4	235	КП22106
Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2,4	3,3	10,2	69	КП22099
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП22199
Всего в Завтрак	405	16,74	18,17	54,7	426	
Завтрак второй						
Кефир	100	2,81	0,05	3,63	26	КП22165
Всего в Завтрак второй	100	2,81	0,05	3,63	26	
Обед						
Салат "Студенческий" (картофель, морковь, зел. горошек, лук, масло раст)	50	1,75	5,88	3,13	73	КП22321
Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200	5	6,1	14	134	КП22047
Каша гречневая рассыпчатая	130	4,15	4,33	18,2	179	КП22173
Биточки рыбные с белым соусом	85	0,16	1,06	0,96	14	КП22641
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП22008
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2	0,3	9,6	59	ХБАРХ01
Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	1,62	2,8	7,06	45	ХБАРХ02
Всего в Обед	725	15,68	20,52	80,45	613	
Полдник						
Макароны, запеченные с сыром	100	7,5	8	15	187	КП22577
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ХБАРХ01
Всего в Полдник	320	9,3	8,24	29,18	261	
Всего в день	1 550	44,53	46,97	167,96	1 326	
Итого		377,73	403,05	1 693,83	13 677	
Среднее за период		37,77	40,31	169,38	1 368	

Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	11,08	26,74	49,16		
---	-------	-------	-------	--	--

УТВЕРЖДАЮ:

/Урманова Н.С./

Технологические карты и технико-технологические карты по плановому меню



Наименование блюд и продуктов	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	Энерг. ценность
1 КП22321 Салат "Студенческий" (картофель, морковь, зел. горошек, лук, масло раст)			50	1,75	5,88	3,13	72,5
картофель, с сентября (25%)	23,3	17,5					
с ноября (30%)	25,0	17,5					
с января (35%)	26,9	17,5					
с марта (40%)	29,2	17,5					
лук репчатый, отходность (16%)	6,0	5,0					
морковь, с сентября (20%)	11,4	9,8					
с января (25%)	13,0	9,8					
горошек зеленый консервированный	13,8	13,8					
масло растительное	5,0	5,0					
Нормативный документ: Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" - Уфа-2021г. Номер рецептуры: 38 Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации Овощи моют, очищают и отваривают, нарезают кубиками, добавляют предварительно прокипяченным в собственном соку зеленый консервированный горошек. Лук репчатый очищают, мелко шинкуют, заливают кипятком и оставляют на 3-4 мин. Затем воду сливают и еще раз обдают лук крутым кипятком, откидывают на сито дают стечь воде. Лук соединяют с готовым картофелем, морковью и горошком, заправляют растительным маслом. Температура подачи салата 14*С. Органолептические показатели и показатели качества и безопасности 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.							
2 КП22692 Гуляш из говядины, макароны отварные с маслом(35/130)			165	3,22	4,86	23,38	187
макаронные изделия	65,0	65,0					
масло сливочное	2,0	2,0					
масло растительное	2,0	2,0					
Вода		97,5					
Гуляш из мяса говядины		35,0					
Гуляш из говядины замороженный	23,9	21,0					
морковь, с сентября (20%)	10,5	8,4					
с января (25%)	11,2	8,4					
лук репчатый, отходность (16%)	10,0	8,4					
масло растительное	3,5	3,5					
мука пшеничная	2,5	2,5					
томат паста	3,5	3,5					

Составил:

Дата: 21.12.2023

Стр: 1

Нормативный документ: Сборник технологических карт,рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания
ООО Фирма "Партнер" - Уфа-2021г.

Номер рецептуры: №ТТК 203

Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей воды 25-30 минут (лапшу - 20-25 минут, вермишель - 10-12 минут); проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослоек не проваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют растопленным сливочным и растительным маслом и прогревают при температуре 140-160*С 5 минут.

Гуляш из мяса говядины: Готовый гуляш из мяса говядины закладывают в горячую воду, доводят до кипения, образовавшуюся на поверхности пену, варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности.

Овощи перебирают, моют, очищают. Морковь нарезают соломкой, лук - полукольцами.

Отварной гуляш соединяют с припущенной морковью, луком с томатной пастой, заливают водой и тушат 10- 15 минут.

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу при температуре 150- 160* С до приобретения светло-желтого цвета. Охлажденную до 70-80*С муку разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящий бульон, затем вводят пассерованную с томат-пастой морковь и варят при слабом кипении 55- 60 минут.

Температура подачи 55*С.

Органолептические показатели и показатели качества и безопасности

Внешний вид: макароны не разварены, легко разделяются. Нарезанные кусочки мяса, тушенные с соусом. Макароны и гуляш не смешаны.
Цвет: светло-коричневый до коричневого. Мяса-светло-серый, свойственный соусу.

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

3 КП22698 Каша гречневая тушенная с овощами			100	5,6	3,6	23,07	149,33
крупя гречневая	27,5	27,5					
Вода		70,0					
масло сливочное	0,5	0,5					
масло растительное	1,0	1,0					
морковь, с сентября (20%)	18,8	15,0					
с января (25%)	20,0	15,0					
лук репчатый, отходность (16%)	8,9	7,5					

Нормативный документ: Сборник технологических карт,рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания. ООО Фирма "Партнер" - Уфа-2014г.

Номер рецептуры: 164

Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации

Крупы перебирают, моют и всыпают в кипящую воду, доводят до кипения, закрывают крышкой. Заправляют прокипяченным сливочным маслом. Мелкошинкованные овощи пассеруют до готовности, соединяют с рассыпчатой кашей.

Температура подачи не менее 65*С.

Органолептические показатели и показатели качества и безопасности

Внешний вид: зёрна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются. Мелкошинкованные овощи равномерно распределены.

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная.

Цвет: светло-оранжевый от моркови.

Вкус и запах: каши из данного вида крупы и овощей, без признаков затхлости и горечи.

4 КП22248 Салат "Степной"(Картофель/морковь/огурцы соленные/лук)			50	0,75	1,75	3,38	32,5
картофель, с сентября (25%)	32,5	24,4					
с ноября (30%)	34,8	24,4					
с января (35%)	37,5	24,4					
с марта (40%)	40,6	24,4					
морковь, с сентября (20%)	15,6	12,5					
с января (25%)	16,7	12,5					
огурцы соленные	7,5	6,3					
лук репчатый, отходность (16%)	7,5	5,0					
масло растительное	1,9	1,9					

Нормативный документ: Сборник технологических карт,рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания
ООО Фирма "Партнер" - Уфа-2021г.

Номер рецептуры: 37

Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации

Овощи хорошо промывают и очищают. Отварной картофель нарезают соломкой. Подготовленную отварную морковь и очищенные от кожицы соленные огурцы нарезают соломкой, лук репчатый мелко шинкуют. Картофель и овощи соединяют, добавляют масло растительное и перемешивают за 15 минут до подачи, при температуре не менее 14*С .

Органолептические показатели и показатели качества и безопасности

Внешний вид: овощи равномерно перемешаны, сохраняют форму нарезки, салат уложен горкой, заправлен

Консистенция: овощей - мягкая, сочная

Цвет: входящих в блюдо продуктов

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

Составил:

Дата: 21.12.2023

Стр: 2

5 КР22316 Свекольник со сметаной			150	1,5	3,46	6,26	78,26
свекла, с сентября (20%)	49,0	49,0					
с января (25%)	65,3	49,0					
картофель, с сентября (25%)	32,0	26,0					
с ноября (30%)	37,1	26,0					
с января (35%)	40,0	26,0					
с марта (40%)	43,3	26,0					
морковь, с сентября (20%)	7,5	6,0					
с января (25%)	8,0	6,0					
лук репчатый, отходность (16%)	8,0	7,0					
масло растительное	3,0	3,0					
томат паста	0,8	0,8					
сахар	1,0	1,0					
Вода		120,7					
сметана	3,3	3,3					
Нормативный документ: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Москва - 1996г. Номер рецептуры: 65 Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой или натирают на тёрке, лук репчатый полукольцами. Морковь и лук пассеруют, затем добавляют томатную пасту, припускают с добавлением воды и растительного масла. В кипящий бульон закладывают пассерованные морковь и лук с томатной пастой и варят 10 минут. Затем кладут свеклу, варят до готовности и вводят сахар. В готовый свекольник добавляют прокипяченную сметану, доводят до кипения. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.							
Органолептические показатели и показатели качества и безопасности							
Внешний вид- соответствует данному блюду							
Цвет-соответствует данному блюду							
Вкус и запах- соответствует входящим в состав блюда продуктам							
6 КР22316 Свекольник со сметаной			200	2	4,61	8,35	104,35
свекла, с сентября (20%)	65,3	65,3					
с января (25%)	87,1	65,3					
картофель, с сентября (25%)	42,7	34,7					
с ноября (30%)	49,5	34,7					
с января (35%)	53,3	34,7					
с марта (40%)	57,8	34,7					
морковь, с сентября (20%)	10,0	8,0					
с января (25%)	10,7	8,0					
лук репчатый, отходность (16%)	10,7	9,3					
масло растительное	4,0	4,0					
томат паста	1,1	1,1					
сахар	1,3	1,3					
Вода		160,9					
сметана	4,3	4,3					
Нормативный документ: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Москва - 1996г. Номер рецептуры: 65 Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой или натирают на тёрке, лук репчатый полукольцами. Морковь и лук пассеруют, затем добавляют томатную пасту, припускают с добавлением воды и растительного масла. В кипящий бульон закладывают пассерованные морковь и лук с томатной пастой и варят 10 минут. Затем кладут свеклу, варят до готовности и вводят сахар. В готовый свекольник добавляют прокипяченную сметану, доводят до кипения. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.							
Органолептические показатели и показатели качества и безопасности							
Внешний вид- соответствует данному блюду							
Цвет-соответствует данному блюду							
Вкус и запах- соответствует входящим в состав блюда продуктам							
7 КР22693 Компот из свежих плодов (яблоко, лимон)			150	0,15	0,08	12,9	525
яблоки	26,3	26,3					

Составил:

Дата: 21.12.2023

Стр: 3

сахар		11,3	11,3					
Нормативный документ: Сборник технологических карт,рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" - Уфа-2021г. Номер рецептуры: 631 Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации Яблоки и лимон моют, удаляют семенное гнездо. Нарезают дольками. В горячую воду кладут сахар, доводят до кипения, проваривают. В готовый сироп закладывают плоды, варят не более 6 мин. и охлаждают. Температура подачи не более 14*С. Органолептические показатели и показатели качества и безопасности Внешний вид:сироп прозрачный, ягоды сохраняют форму. Цвет:свойственный цвету плодов. Вкус и запах:сладко-кисоватый,свойственный входящим в состав продуктам.								
8 КП22697 Котлеты куриные с соусом томатным				85	0,13	1,33	0,8	16
котлеты куриные замороженные	1 шт.	1 шт.						
масло растительное	0,5	0,5						
КП11002 Соус томатный								
Вода		22,5						
масло растительное	1,3	1,3						
масло сливочное	1,3	1,3						
морковь	1,6	1,3						
лук репчатый	0,6	0,5						
томат паста	1,3	1,3						
мука пшеничная	1,1	1,1						
Нормативный документ: Сборник технологических карт,рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" - Уфа-2021г. Номер рецептуры: ТТК №99 Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации Замороженные полуфабрикаты раскладывают на смазанный маслом протевень и дефростируют при комнатной температуре. Подготовленные котлеты запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200*С в течении 15 минут до золотистой корочки ,переворачивают лопаткой , и запекают с другой стороны до золотистой корочки.Затем поливают готовым белым соусом и тушат до готовности. Соус томатный:Нарезанные лук, морковь пассеруют на масле растительном, добавляют томатную пасту и продолжают пассеровать еще 10-15 минут, затем соединяют с белым соусом и варят 25-30 минут. В конце варки соус процеживают и снова доводят до кипения. Белый соус :Лук нарезают на мелкие квадратики и постоянно помешивая пассеруют на растительном масле до золотистой окраски , время пассеровки зависит от количества и от объема посуды. Пассерованный лук соединяют со сливочным маслом ,добавляют кипяченую воду и доводят до кипения. Готовый овощной бульон соединяют с пассерованной мукой и непрерывно мешают до однородной массы. Чтоб подлив был эластичным, однородным, без комков,муку предварительно пассеруют и нагревают при температуре 120-150*С до кремового оттенка. Температура подачи 65*С. Органолептические показатели и показатели качества и безопасности Внешний вид:блюдо красиво и аккуратно оформлено, сбоку гарнир Цвет: характерный для данного вида продукта Консистенция: мягкая и сочная								
9 КП22693 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)				200	0,2	0,1	17,2	700
яблоки	35,0	35,0						
Лимон свежий	8,0	8,0						
Вода		175,0						
сахар	15,0	15,0						
Нормативный документ: Сборник технологических карт,рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" - Уфа-2021г. Номер рецептуры: 631 Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации Яблоки и лимон моют, удаляют семенное гнездо. Нарезают дольками. В горячую воду кладут сахар, доводят до кипения, проваривают. В готовый сироп закладывают плоды, варят не более 6 мин. и охлаждают. Температура подачи не более 14*С. Органолептические показатели и показатели качества и безопасности Внешний вид:сироп прозрачный, ягоды сохраняют форму. Цвет:свойственный цвету плодов. Вкус и запах:сладко-кисоватый,свойственный входящим в состав продуктам.								

10 КП22181 Винегрет овощной			50	0,63	1,13	3,63	27,5
картофель, с сентября (25%)	13,3	10,0					
с ноября (30%)	14,3	10,0					
с января (35%)	15,4	10,0					
с марта (40%)	16,7	10,0					
свекла, с сентября (20%)	9,4	7,5					
с января (25%)	10,0	7,5					
морковь, с сентября (20%)	9,4	7,5					
с января (25%)	10,0	7,5					
огурцы соленые	8,1	7,5					
капуста белокачаная, отходность (20%)	9,4	7,5					
лук репчатый, отходность (16%)	8,9	7,5					
масло растительное	1,3	1,3					
вода		3,8					
Нормативный документ: Сборник технологических карт,рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" - Уфа-2021г. Номер рецептуры: 39 Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации Овощи хорошо промывают и очищают. Отварные картофель, свеклу и морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Капусту перебирают, шинкуют и слегка отжимают. Репчатый лук шинкуют и бланшируют кипящей водой, откидывают на дуршлаг. Подготовленные овощи соединяют,за 15 минут до подачи добавляют масло, перемешивают. Температура подачи не менее 14С*. Органолептические показатели и показатели качества и безопасности Внешний вид: овощи нарезаны мелкими ломтиками, равномерно перемешаны и заправлены растительным маслом. Консистенция: мягкая, сочная. Цвет: продуктов, входящих в винегрет. Вкус и запах: свойственный входящим в винегрет продуктам в сочетании с растительным маслом.							
11 КП22557 Биточки рыбные с соусом томатным			85	9,33	5,08	10,67	125
Биточки рыбные замороженные	1 шт.	1 шт.					
масло растительное	3,0	3,0					
КП11002 Соус томатный							
Вода		22,5					
масло растительное	1,3	1,3					
масло сливочное	1,3	1,3					
морковь	1,6	1,3					
лук репчатый	0,6	0,5					
томат паста	1,3	1,3					
мука пшеничная	1,1	1,1					
Нормативный документ: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.Москва - 1996г. Номер рецептуры: Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации Замороженные полуфабрикаты раскладывают на смазанную маслом противень и выдерживают при температуре 18-20 градусов в течении 1 часа. Технология приготовления в жарочном шкафу:подготовленные полуфабрикаты укладывают на смазанный маслом противень и запекают в жарочном шкафу при температуре 180- 200с* в течении 30- 35 минут. За 15 минут до окончания режима в противень с биточками(котлетами) добавляют подлив овощной и доводят до готовности. Соус томатный: Нарезанный мелкими кубиками лук,протертый на мелкой терке морковь пассеруют с маслом растительным, добавляют томат пасту и продолжают пассеровать 10-15 мин. Просеянную пшеничную муку подсушивают на сковороде до образования кремового цвета. Охлаждают,разводят водой, размешивают и добавляют к пассерованным овощам.Доводят до готовности. Температура подачи 65С* .Срок реализации с момента приготовления не более 2х часов.							
Органолептические показатели и показатели качества и безопасности Внешний вид:блюдо красиво и аккуратно оформлено Цвет: характерный для данного вида продукта Вкус и запах: соответствует набору продуктов Консистенция: мягкая и сочная							
12 КП22439 Салат "Здоровье"			50	1,13	6,38	11,75	122,5
морковь, с сентября (20%)	31,3	25,0					
с января (25%)	33,3	25,0					
свекла, с сентября (20%)	20,8	20,8					

Составил:

Дата: 21.12.2023

Стр: 5

с января (25%)	27,7	20,8					
горошек зеленый консервированный	13,0	8,4					
масло растительное	2,5	2,5					
кислота лимонная							
вода		5,6					
сахар	0,4	0,4					
соль йодированная	0,1	0,1					
Нормативный документ: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Москва - 1996г. Номер рецептуры: 21 Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации Овощи промывают, зачищают, отваривают, очищают от кожуры, нарезают соломкой, добавляют предварительно прокипяченной в собственном соку зелёный горошек, солят, поливают заправкой для салатов. Приготовление заправки: лимонную кислоту, сахар, соль растворяют в кипячённой воде, соединяя с растительным маслом. Температура подачи блюда 10- 14* С. Органолептические показатели и показатели качества и безопасности Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, сохраняют форму нарезки, салат уложен горкой, заправлен. Консистенция: овощей - мягкая, сочная. Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам. Вкус и запах: свойственный входящим в блюдо продуктам.							
13 КП22641 Биточки рыбные с белым соусом			85	0,16	1,06	0,96	14
Биточки рыбные замороженные	1шт.	1шт.					
22ПФ003 Соус белый основной							
Вода		27,5					
масло растительное	0,8	0,8					
масло сливочное	0,4	0,4					
лук репчатый	0,9	0,8					
мука пшеничная	1,3	1,3					
Нормативный документ: Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" - Уфа-2021г. Номер рецептуры: 83 Технология приготовления и требования к оформлению, подаче и реализации Замороженные полуфабрикаты раскладывают на смазанную маслом противень и выдерживают при температуре 18-20 градусов в течении 1 часа. Технология приготовления в жарочном шкафу: подготовленные полуфабрикаты укладывают на смазанный маслом противень и запекают в жарочном шкафу при температуре 180- 200с* в течении 30- 35 минут. Температура подачи 55С* . Соус белый: В растопленное сливочное масло всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании не допуская пригорания. Правильно пассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. В пассерованную муку, охлажденную до 60- 70*С, вливают четвертую часть воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшую воду. В соус добавляют нарезанный лук и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль. Затем соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Температура подачи 65*С. Органолептические показатели и показатели качества и безопасности Внешний вид: блюдо красиво и аккуратно оформлено. Цвет: характерный для данного вида продукта. Вкус и запах: соответствует набору продуктов. Консистенция: мягкая и сочная.							