

5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	368	0	4	0	1	0	50.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	20	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.23	0.19	52.03	3.15	1	423	270	179	61	233	1	64.5	3.9

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, многократно промывают в холодной, затем в теплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой, через 1 мин. воду сливают и снова заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2-5 мин., воду сливают. Заливают кипящей водой, по расчету рецептуры, и варят до загустения. Вливают в кашу кипящее молоко, соль, сахар, продолжают варить до загустения. За 2-3 мин. до готовности в кашу вливают растопленное сливочное масло и тщательно перемешивают, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша мягкая, однородная; консистенция - жидкая, текучая, однородная; цвет - белый с кремовым оттенком; вкус и запах соответствуют наименованию каши.

Чай с сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2гн

Наименование изделия: Чай с сахаром

Номер рецептуры: 54-2гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
2	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
3	Вода	200.0	200.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:		200	0.19	0.04	6.42	26.8	

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
2	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	62	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.3	0.09	0	1	21	66	4	7	1	0	0

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар. Чай разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром.

Вторник

Завтрак

Огурец в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2з

Наименование изделия: Огурец в нарезке

Номер рецептуры: 54-2з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Огурец	37.5	30.0	0.24	0.03	0.75	4.2
Выход:		30	0.24	0.03	0.75	4.2	

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Огурец	0.01	0.01	1.80	0.05	1	2	35	6	4	11	0	0.9	0.1
Итого		0.01	0.01	1.8	0.05	1	2	35	6	4	11	0	0.9	0.1

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Огурцы перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, нарезают кружочками или дольками, раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - огурцы нарезаны кружочками или дольками; вкус и запах - свойственные огурцам.

Картофельное пюре

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11г

Наименование изделия: Картофельное пюре

Номер рецептуры: 54-11г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	282.2	168.0	3.16	0.59	24.92	117.6
2	Молоко 2.5% м.д.ж	32.0	32.0	0.87	0.70	1.40	15.4
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	9.1	9.1	0.07	5.78	0.11	52.8
4	Соль поваренная йодированная	0.7	0.7	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:		200	4.1	7.07	26.43	185.8	

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.15	0.09	3.02	2.42	13	6	792	15	34	85	1	8.4	0.4
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.04	4.22	0.20	0	12	39	34	4	25	0	2.9	0.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	24.48	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	196	0	2	0	0	0	26.7	0.0
Итого		0.16	0.14	31.72	2.63	13	215	833	53	38	112	1	38	1.1

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, крупные клубни нарезают дольками, мелкие - целиком укладывают в посуду (слоем 50 см), заливают горячей водой, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают, пропускают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 градусов Цельсия. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, растопленное сливочное масло. Пюре доводят до температуры 100 градусов Цельсия, постоянно помешивая, и прогревают 5-6 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса без комочков не протертого картофеля; консистенция - густая, пышная; вкус и

запах - соответствуют наименованию блюда.

Курица отварная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21м

Наименование изделия: Курица отварная

Номер рецептуры: 54-21м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лук репчатый	4.5	4.0	0.05	0.01	0.30	1.5
2	Петрушка (зелень)	4.5	4.0	0.14	0.01	0.28	1.8
3	Куриная грудка (филе)	162.7	144.0	31.94	2.41	0.52	151.5
4	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Вода	360.0	360.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	32.13	2.43	1.1	154.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	6	1	0	2	0	0.1	0.0
2	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	22.80	0.02	2	1	27	9	3	3	0	0.2	0.0
3	Куриная грудка (филе)	0.07	0.08	7.78	8.87	1	66	349	10	108	214	2	8.6	28.9
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	111	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.08	30.58	8.91	3	214	382	133	111	219	2	28.9	28.9

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски и кладут в горячую воду, доводят до кипения, затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанную зелень, лук, соль и варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего мясо вынимают из бульона, дают ему остыть и нарубают на порции. Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения и кипятят 5-7 минут. Хранят отварную птицу на мармите не более 2 часов. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - аккуратно нарубленные куски отварной птицы; консистенция: нежная, сочная; цвет - светло-кремовый или серовато-белый; вкус и запах - характерный для отварной птицы, умеренно соленый; консистенция - нежная, мягкая, сочная.

Какао с молоком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21гн

Наименование изделия: Какао с молоком

Номер рецептуры: 54-21гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	130.0	130.0	3.54	2.86	5.68	62.6
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Какао-порошок	5.0	5.0	1.14	0.66	0.46	12.4
4	Вода	80.0	80.0	0.00	0.00	0.00	0.0

Выход:	200	4.68	3.52	12.5	100.4
--------	-----	------	------	------	-------

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.16	17.16	0.83	1	49	158	137	16	102	0	11.7	2.3
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Какао-порошок	0.00	0.01	0.09	0.27	0	0	63	6	18	28	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	25	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.17	17.25	1.1	1	49	221	168	34	130	1	11.7	2.3

Способ обработки: Варка

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. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные какао с сахаром.

Среда

Завтрак

Сыр твердых сортов в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1з

Наименование изделия: Сыр твердых сортов в нарезке

Номер рецептуры: 54-1з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сыр российский	15.6	15.0	3.48	4.42	0.00	53.7
Выход:		15	15	3.48	4.42	0	53.7

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сыр российский	0.00	0.04	23.40	0.04	0	92	11	116	5	65	0	0.0	1.9
Итого		0	0.04	23.4	0.04	0	92	11	116	5	65	0	0	1.9

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2-3 мм. Сыр нарезают не ранее чем за 30-40 мин до отпуска. Перед раздачей порционированный сыр хранят в холодильнике. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - форма нарезки сохранена; вкус, цвет и запах - соответствуют используемому продукту.

Каша жидкая молочная кукурузная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1к

Наименование изделия: Каша жидкая молочная кукурузная

Номер рецептуры: 54-1к

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа кукурузная	60.0	60.0	4.68	0.63	38.77	179.5
2	Молоко 2.5% м.д.ж	150.0	150.0	4.09	3.30	6.55	72.3
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	7.5	7.5	0.06	4.79	0.09	43.6
4	Сахар-песок	4.5	4.5	0.00	0.00	4.09	16.3
5	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	102.0	102.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			300	8.83	8.72	49.5	311.7

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа кукурузная	0.06	0.03	11.88	1.01	0	3	73	11	16	57	1	0.0	9.0
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.18	19.80	0.96	1	57	182	158	18	117	0	13.5	2.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	20.25	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	31	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.1	0.22	51.93	1.98	1	502	257	207	34	177	1	73.5	11.7

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении, помешивая, через 20-30 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар. За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша однородная, текучая, зерна мягкие, без комков; консистенция - жидкая, текучая; цвет - желтоватый; вкус и запах - каши и масла.

Кофейный напиток с молоком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-23гн

Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком

Номер рецептуры: 54-23гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	100.0	100.0	2.73	2.20	4.37	48.2
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Кофейный напиток	5.0	5.0	1.14	0.66	0.46	12.4
4	Вода	120.0	120.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	3.87	2.86	11.19	86

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	13.20	0.64	1	38	121	106	12	78	0	9.0	1.8
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Кофейный напиток	0.00	0.01	0.09	0.27	0	0	63	6	18	28	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	37	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.13	13.29	0.91	1	38	184	149	30	106	1	9	1.8

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Воду доводят до кипения, добавляют кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные кофейному напитку с молоком и сахаром.

Четверг

Завтрак

Морковь отварная дольками

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-27з

Наименование изделия: Морковь отварная дольками

Номер рецептуры: 54-27з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	27.2	21.8	0.27	0.02	1.37	6.7
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.0	1.0	0.01	0.64	0.01	5.8
3	Вода	40.0	40.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			20	0.28	0.66	1.38	12.5

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Морковь	0.01	0.01	261.60	0.17	0	3	36	5	7	10	0	1.1	0.0
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	2.70	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	12	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.01	264.3	0.17	0	3	36	17	7	10	0	1.1	0

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, нарезают на дольки. Морковь заливают небольшим количеством воды и варят при слабом кипении с закрытой крышкой. После готовности отвар сливают, морковь обсушивают и раскладывают на порции. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - дольки овощей одинаковые, не разварившиеся, сохранили форму; цвет - оранжевый; вкус и запах - свойственные моркови.

Плов из отварной говядины

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11м

Наименование изделия: Плов из отварной говядины

Номер рецептуры: 54-11м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	76.2	76.2	5.01	0.67	51.29	231.2
2	Лук репчатый	14.0	11.2	0.15	0.02	0.84	4.1
3	Морковь	35.0	28.0	0.34	0.02	1.76	8.6
4	Говядина 1 категории	102.5	90.7	15.86	12.77	0.00	178.4
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	11.2	11.2	0.08	7.15	0.13	65.2
6	Соль поваренная йодированная	1.1	1.1	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	438.2	438.2	0.00	0.00	0.00	0.0

Выход:	280	21.44	20.63	54.02	487.5
--------	-----	-------	-------	-------	-------

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.04	0.02	0.00	2.01	0	7	63	5	33	99	1	1.1	10.1
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	16	3	1	6	0	0.3	0.0
3	Морковь	0.01	0.02	336.00	0.22	1	4	46	7	9	13	0	1.4	0.0
4	Говядина 1 категории	0.04	0.11	0.00	5.95	0	45	245	7	17	148	2	6.5	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	30.24	0.02	0	1	3	2	0	3	0	0.0	0.1
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	329	0	4	0	1	0	44.8	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	135	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.09	0.16	366.24	8.24	1	386	373	163	60	270	3	54.1	10.2

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Рис перебирают и промывают. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением воды. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 10-15 г, добавляют пассерованную морковь, лук и соль. Мясо и овощи варят при слабом кипении 5-10 минут, всыпают подготовленную крупу, варят до загустения, затем закрывают крышкой и доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия в течение 30-40 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки, набухшие; консистенция - мясо мягкое, крупа рассыпчатая; вкус и запах: свойственный плову.

Чай с лимоном и сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3гн

Наименование изделия: Чай с лимоном и сахаром

Номер рецептуры: 54-3гн

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лимон	7.5	7.0	0.06	0.01	0.19	1.1
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	195.0	195.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:		200	0.25	0.05	6.61	27.9	

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Лимон	0.00	0.00	0.08	0.01	1	1	9	2	1	1	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	60	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.38	0.1	1	2	30	66	5	8	1	0	0

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар. Чай разливают по стаканам и добавляют подготовленный и нарезанный кружочками лимон. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром и лимоном.

Пятница

Завтрак

Сыр твердых сортов в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1з

Наименование изделия: Сыр твердых сортов в нарезке

Номер рецептуры: 54-1з

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сыр российский	15.6	15.0	3.48	4.42	0.00	53.7
Выход:			15	3.48	4.42	0	53.7

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сыр российский	0.00	0.04	23.40	0.04	0	92	11	116	5	65	0	0.0	1.9
Итого		0	0.04	23.4	0.04	0	92	11	116	5	65	0	0	1.9

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2-3 мм. Сыр нарезают не ранее чем за 30-40 мин до отпуска. Перед раздачей порционированный сыр хранят в холодильнике. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - форма нарезки сохранена; вкус, цвет и запах - соответствуют используемому продукту.

Каша вязкая молочная ячневая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21к

Наименование изделия: Каша вязкая молочная ячневая

Номер рецептуры: 54-21к

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа ячневая	62.2	62.2	5.84	0.71	36.99	177.7
2	Молоко 2.5% м.д.ж	154.0	154.0	4.20	3.39	6.73	74.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	14.0	14.0	0.11	8.93	0.17	81.5
4	Сахар-песок	4.2	4.2	0.00	0.00	3.81	15.3
5	Соль поваренная йодированная	1.4	1.4	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	75.6	75.6	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			280	10.15	13.03	47.7	348.7

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа ячневая	0.12	0.04	0.00	2.34	0	7	106	44	27	185	1	0.0	20.6
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.18	20.33	0.99	1	59	187	163	19	121	0	13.9	2.7

3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	37.80	0.02	0	2	3	3	0	4	0	0.0	0.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	412	0	5	0	1	0	56.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	23	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.16	0.23	58.13	3.35	1	480	296	238	46	311	1	69.9	23.4

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40о-50о С), затем горячей водой (60о-70о С). Крупу всыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая, до загустения. Затем вливают кипящее молоко и варят до загустения. Кашу доводят до готовности при умеренном нагреве, плотно закрыв посуду крышкой. За 2-3 мин до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают и упаривают при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - каша мягкая, держится на тарелке горкой; консистенция - вязкая, однородная; цвет - белый, с сероватым оттенком; вкус и запах соответствуют наименованию каши.

Какао с молоком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21гн

Наименование изделия: Какао с молоком

Номер рецептуры: 54-21гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	130.0	130.0	3.54	2.86	5.68	62.6
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Какао-порошок	5.0	5.0	1.14	0.66	0.46	12.4
4	Вода	80.0	80.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:		200	200	4.68	3.52	12.5	100.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.16	17.16	0.83	1	49	158	137	16	102	0	11.7	2.3
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Какао-порошок	0.00	0.01	0.09	0.27	0	0	63	6	18	28	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	25	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.17	17.25	1.1	1	49	221	168	34	130	1	11.7	2.3

Способ обработки: Варка

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. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные какао с сахаром.

Неделя 2

Понедельник

Завтрак

Сыр твердых сортов в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1з

Наименование изделия: Сыр твердых сортов в нарезке

Номер рецептуры: 54-1з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сыр российский	31.2	30.0	6.96	8.85	0.00	107.5
Выход:			30	6.96	8.85	0	107.5

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сыр российский	0.01	0.07	46.80	0.07	0	185	22	232	9	131	0	0.0	3.8
Итого		0.01	0.07	46.8	0.07	0	185	22	232	9	131	0	0	3.8

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2-3 мм. Сыр нарезают не ранее чем за 30-40 мин до отпуска. Перед раздачей порционированный сыр хранят в холодильнике. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - форма нарезки сохранена; вкус, цвет и запах - соответствуют используемому продукту.

Каша жидкая молочная овсяная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-22к

Наименование изделия: Каша жидкая молочная овсяная

Номер рецептуры: 54-22к

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа овсяная	43.1	43.1	4.99	2.31	23.35	134.2
2	Молоко 2.5% м.д.ж	165.2	165.2	4.50	3.63	7.22	79.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	7.0	7.0	0.05	4.47	0.08	40.7
4	Сахар-песок	4.2	4.2	0.00	0.00	3.81	15.3
5	Соль поваренная йодированная	1.4	1.4	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	81.2	81.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			280	9.54	10.41	34.46	269.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа овсяная	0.15	0.04	0.00	1.48	0	11	130	24	44	131	1	1.9	11.0
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.05	0.20	21.81	1.06	1	63	200	174	20	129	0	14.9	2.9
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	18.90	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	412	0	5	0	1	0	56.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	25	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.2	0.25	40.71	2.55	1	487	332	229	64	263	1	72.8	14

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленную крупу засыпают в кипящую смесь молока и воды, предварительно добавив сахар и соль. При высыпании крупы активно помешивают сверху вниз, и варят при непрерывном помешивании 20 минут. Температура подачи: не менее 65

градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные; консистенция - однородная, каша растекается на тарелке, зерна - мягкие; цвет - серовато-белый; вкус и запах соответствуют наименованию каши.

Чай с сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2гн

Наименование изделия: Чай с сахаром

Номер рецептуры: 54-2гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
2	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
3	Вода	200.0	200.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.19	0.04	6.42	26.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
2	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	62	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.3	0.09	0	1	21	66	4	7	1	0	0

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар. Чай разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром.

Вторник

Завтрак

Помидор в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3з

Наименование изделия: Помидор в нарезке

Номер рецептуры: 54-3з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томат	33.9	30.0	0.33	0.06	1.14	6.4
Выход:			30	0.33	0.06	1.14	6.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Томат	0.01	0.01	23.94	0.17	3	1	72	4	5	7	0	0.6	0.1
Итого		0.01	0.01	23.94	0.17	3	1	72	4	5	7	0	0.6	0.1

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Помидоры перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками или кружочками, раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - помидоры нарезаны дольками или кружочками; цвет - красный; вкус и запах - свойственные помидорам.

Каша гречневая рассыпчатая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4г

Наименование изделия: Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры: 54-4г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа гречневая ядрица	92.0	92.0	10.90	2.67	47.80	258.8
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	9.1	9.1	0.07	5.78	0.11	52.8
3	Соль поваренная йодированная	0.7	0.7	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	136.0	136.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	10.97	8.45	47.91	311.6

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа гречневая ядрица	0.28	0.15	1.10	5.30	0	2	290	16	160	239	5	3.0	4.6
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	24.48	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
3	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	196	0	2	0	0	0	26.7	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	42	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.28	0.16	25.58	5.31	0	199	292	62	160	241	5	29.7	4.7

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывающие пустые зерна удаляют (ситечком) и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, помешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или водяной бане (температура 100о С) или в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия. Затем вливают растопленное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой, уваривают еще 3-4 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы полностью набухшие, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга; консистенция - рассыпчатая; цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Тефтели из говядины с рисом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-16м

Наименование изделия: Тефтели из говядины с рисом

Номер рецептуры: 54-16м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	8.0	8.0	0.53	0.07	5.39	24.3
2	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
3	Говядина 1 категории	68.7	60.8	10.63	8.56	0.00	119.6
4	Молоко 2.5% м.д.ж	11.2	11.2	0.31	0.25	0.49	5.4
5	Масло подсолнечное	3.2	3.2	0.00	2.81	0.00	25.3
6	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			80	11.58	11.7	6.48	177.5

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.00	0.00	0.00	0.21	0	1	7	1	3	10	0	0.1	1.1
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
3	Говядина 1 категории	0.03	0.07	0.00	3.99	0	30	165	5	12	99	1	4.4	0.0
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.01	1.48	0.07	0	4	14	12	1	9	0	1.0	0.2
5	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	133	0	1	0	0	0	18.1	0.0
Итого		0.03	0.08	1.48	4.3	0	168	198	21	17	122	1	23.8	1.3

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Рис перебирают и промывают, варят рассыпчатую кашу. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают кубиками бланшируют и пассеруют на масле. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, измельчают на мясорубке дважды. В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рис, соль, перемешивают. Разделяют на шарики. Шарики панируют в муке, запекают на противне до образования легкой корочки, заливают молочным безглютеновым соусом (54-бсоус-2020) из расчета 20 грамм соуса на 60 грамм блюда и тушат в жарочном шкафу при температуре 160-200 градусов Цельсия 10-15 минут. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - тефтели сохранили форму; консистенция - сочная; цвет, запах и вкус - мясной.

Кисель плодово-ягодный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 11,10

Наименование изделия: Кисель плодово-ягодный

Номер рецептуры: 11,10

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Сборник, 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Концентрат киселя	0.0	24.0	0.00	0.00	20.97	83.9
2	Вода	0.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0	0	20.97	83.9

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Концентрат киселя	0.29	0.34	124.80	3.60	24	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
2	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	67	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.29	0.34	124.8	3.6	24	0	0	67	0	0	0	0	0

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Кисель из концентрата разводят равным количеством холодной воды, полученную смесь вливают в кипящую воду, добавляют сахар, кислоту лимонную и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают. Готовый кисель отпускают в стаканах.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: однородная, прозрачная масса Консистенция: средней густоты, без комков заварившегося крахмала
Цвет: свойственный используемому сырью Вкус: кисло-сладкий Запах: свойственный используемому сырью

Среда

Завтрак

Масло сливочное (порциями)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 53-19з

Наименование изделия: Масло сливочное (порциями)

Номер рецептуры: 53-19з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	15.0	15.0	0.12	10.88	0.20	99.1
Выход:			15	0.12	10.88	0.2	99.1

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	40.50	0.02	0	2	4	3	0	4	0	0.0	0.1
Итого		0	0.01	40.5	0.02	0	2	4	3	0	4	0	0	0.1

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Масло нарезают на кусочки. Перед раздачей порционированное масло хранят в холодильнике. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - твердая; масса однородная; вкус и запах - сливочного масла.

Каша вязкая молочная пшеничная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13к

Наименование изделия: Каша вязкая молочная пшеничная

Номер рецептуры: 54-13к

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа пшеничная Артек	70.0	70.0	7.24	0.74	43.63	210.1
2	Молоко 2.5% м.д.ж	148.4	148.4	4.05	3.26	6.48	71.5
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	14.0	14.0	0.11	8.93	0.17	81.5
4	Сахар-песок	4.2	4.2	0.00	0.00	3.81	15.3
5	Соль поваренная йодированная	1.4	1.4	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	75.6	75.6	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			280	11.4	12.93	54.09	378.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа пшеничная Артек	0.15	0.06	0.00	1.51	0	9	134	25	37	168	3	0.0	43.6
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.18	19.59	0.95	1	56	180	157	18	116	0	13.4	2.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	37.80	0.02	0	2	3	3	0	4	0	0.0	0.1

4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	412	0	5	0	1	0	56.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	23	0	0	0.0	0.0
Итого		0.19	0.25	57.39	2.48	1	479	317	213	55	289	3	69.4

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40о-50оС), затем горячей водой (60о-70оС), после промывания ошпаривают. В кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна полностью набухшие, мягкие консистенция: мягкая, однородная; цвет: от кремового до желтоватого; вкус и запах соответствуют наименованию каши.

Кофейный напиток с молоком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-23гн

Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком

Номер рецептуры: 54-23гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	100.0	100.0	2.73	2.20	4.37	48.2
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Кофейный напиток	5.0	5.0	1.14	0.66	0.46	12.4
4	Вода	120.0	120.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:		200	3.87	2.86	11.19	86	

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	13.20	0.64	1	38	121	106	12	78	0	9.0	1.8
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Кофейный напиток	0.00	0.01	0.09	0.27	0	0	63	6	18	28	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	37	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.13	13.29	0.91	1	38	184	149	30	106	1	9	1.8

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Воду доводят до кипения, добавляют кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные кофейному напитку с молоком и сахаром.

Четверг

Завтрак

Кукуруза сахарная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21з

Наименование изделия: Кукуруза сахарная

Номер рецептуры: 54-21з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Кукуруза консервированная	46.5	30.0	0.62	0.11	3.06	15.7
Выход:			30	0.62	0.11	3.06	15.7

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Кукуруза консервированная	0.01	0.01	0.60	0.27	1	120	41	13	4	12	0	0.0	0.1
Итого		0.01	0.01	0.6	0.27	1	120	41	13	4	12	0	0	0.1

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Кукурузу консервированную выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку 3-5 минут, отвар сливают. Охлажденную кукурузу раскладывают на порции. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна сохранили форму; консистенция: зерна мягкие; цвет: характерный для входящих в состав изделия продуктов; вкус и запах: характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов и запахов.

Горошница

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21г

Наименование изделия: Горошница

Номер рецептуры: 54-21г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горох	100.0	100.0	19.27	1.76	45.04	273.1
2	Соль поваренная йодированная	0.7	0.7	0.00	0.00	0.00	0.0
3	Вода	205.3	205.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	19.27	1.76	45.04	273.1

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Горох	0.58	0.12	1.20	5.20	0	25	725	101	93	286	6	5.1	11.5
2	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	196	0	2	0	0	0	26.7	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	63	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.58	0.12	1.2	5.2	0	221	725	166	93	286	6	31.8	11.5

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении 60-90 мин. Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того как горох станет целиком мягким (допускается разваривание гороха), варку прекращают, отвар сливают, добавляют йодированную соль. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: часть зерен разварена часть целая, не допускается в блюде содержание твердых зерен; консистенция: мягкая; цвет: желтый.

Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11р

Наименование изделия: Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)

Номер рецептуры: 54-11р

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томатное пюре	9.0	9.0	0.30	0.00	0.97	5.1
2	Лук репчатый	17.5	14.0	0.18	0.02	1.04	5.1
3	Морковь	31.2	25.0	0.31	0.02	1.57	7.7
4	Петрушка (корень)	5.0	4.0	0.06	0.02	0.37	1.9
5	Минтай (филе)	98.3	87.0	13.00	0.69	0.00	58.2
6	Масло подсолнечное	7.6	7.6	0.00	6.66	0.00	59.9
7	Сахар-песок	2.6	2.6	0.00	0.00	2.34	9.3
8	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	25.0	25.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	13.85	7.41	6.29	147.2

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Томатное пюре	0.00	0.00	10.80	0.08	1	1	50	2	4	5	0	0.0	0.1
2	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.06	1	0	20	4	2	7	0	0.4	0.1
3	Морковь	0.01	0.01	300.00	0.20	1	4	42	6	8	12	0	1.2	0.0
4	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.05	0.04	1	0	11	2	1	3	0	0.0	0.0
5	Минтай (филе)	0.07	0.08	5.22	3.20	0	26	303	31	42	182	1	130.5	12.2
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	84	0	1	0	0	0	11.4	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	8	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.09	0.09	316.07	3.58	4	115	426	54	57	209	1	143.5	12.4

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью, петрушкой и добавляют томат-пюре. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на порционные куски под углом 90 градусов. Порционные куски рыбы укладывают в смазанный маслом противень, на рыбу укладывают пассерованные овощи, заливают водой на высоту рыбы, добавляют сахар, соль и запекают до готовности в духовом шкафу (пароконвектомате) - 40-45 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - куски рыбы целые, не развалившиеся; консистенция - сочная; цвет, вкус и запах - соответствуют данному блюду, рыбный с овощами.

Чай с лимоном и сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3гн

Наименование изделия: Чай с лимоном и сахаром

Номер рецептуры: 54-3гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лимон	7.5	7.0	0.06	0.01	0.19	1.1
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	195.0	195.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.25	0.05	6.61	27.9

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Лимон	0.00	0.00	0.08	0.01	1	1	9	2	1	1	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	60	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.38	0.1	1	2	30	66	5	8	1	0	0

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар. Чай разливают по стаканам и добавляют подготовленный и нарезанный кружочками лимон. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром и лимоном.

Пятница

Завтрак

Макаронны отварные с сыром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3г

Наименование изделия: Макароны отварные с сыром

Номер рецептуры: 54-3г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта	83.3	83.3	8.61	0.95	53.41	256.7
2	Сыр российский	29.1	28.0	6.11	7.27	0.00	89.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	7.1	7.1	0.05	4.53	0.08	41.3
4	Соль поваренная йодированная	0.9	0.9	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Вода	183.3	183.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			280	14.77	12.75	53.49	387.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Макаронные изделия высшего сорта	0.10	0.03	0.00	1.93	0	2	85	14	12	63	1	1.2	0.0
2	Сыр российский	0.01	0.07	43.68	0.07	0	172	20	217	9	122	0	0.0	3.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	19.15	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	275	0	3	0	1	0	37.3	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	56	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.11	0.11	62.83	2.01	0	450	107	291	21	188	1	38.5	3.7

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия, натирают на терке. Макароны варят в большом количестве кипящей подсоленной 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 маслом и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия 5 минут. Перед подачей посыпают сыром. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - макаронные изделия должны сохранить форму, увеличиться в объеме в 2-3 раза, хорошо отделяться друг от друга; цвет, вкус и запах - присущий макаронным изделиям со вкусом сливочного масла и сыра.

Компот из смеси сухофруктов

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1хн

Наименование изделия: Компот из смеси сухофруктов

Номер рецептуры: 54-1хн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Смесь сухофруктов	26.8	25.0	0.47	0.00	13.42	55.6
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	190.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.47	0	19.78	81

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Смесь сухофруктов	0.00	0.00	15.00	0.05	0	0	0	49	2	4	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	59	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0	15	0.05	0	0	0	108	2	4	0	0	0

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Сухофрукты перебирают, промывают в теплой воде. Подготовленные сухофрукты закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5-2 часа; яблоки 20-30 минут; урюк 18-20 минут; изюм 5-10 минут. Компот охлаждают, процеживают. Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - компот прозрачный; цвет - коричневый; вкус - сладкий; запах и вкус - характерный для компота из сухофруктов.