

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20**Наименование блюда  
Источник рецептурыСалат из капусты с горошком  
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания  
детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и  
Т.В. Тутельяна. –  
М.: ДеЛи принт,Код по ОКУД  
№ рецептуры

20

**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Капуста белокочанная	кг	0,05	0,04
Сахар-песок	кг	0,002	0,002
Соль поваренная пищевая	кг	0,0007	0,000714
Масло подсолнечное	кг	0,005	0,005
Морковь	кг	0,006	0,005
Горошек зеленый. Консервы	кг	0,02	0,015
Выход готового блюда		50	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Капусту шинкуют тонкой соломкой, морковь натирают или тоже шинкуют, кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока, затем заправляют сахаром, растительным маслом, хорошо перемешивают и выносят на раздачу

**Требования к оформлению и подаче блюд:**

Требования к качеству:  
Нарезка овощей аккуратная, сохранившая форму. Окраска овощей не изменилась.  
Вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру солёный.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	43	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	7
Белки (г)	1	ВитаминС (г)	11	Фосфор (г)	13
Жиры (г)	4	ВитаминРР (г)		Железо (г)	
Углеводы (г)	4	ВитаминЕ (г)	1		
ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	20		

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 33**Наименование блюда  
Источник рецептурыСалат из свеклы  
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания  
детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и  
Т.В. Тутельяна. –  
М.: ДеЛи принт,Код по ОКУД  
№ рецептуры

33

**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
X Свекла	кг	0,067	0,04
Свекла	кг	0,06	0,047
Масло подсолнечное	кг	0,003	0,003
Выход готового блюда		50	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления: свеклу промывают в проточной воде в течение 5 минут.

Температура подачи: 14±2°С.

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов, заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	47	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	67
Белки (г)	2	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	14
Жиры (г)	3	ВитаминС (г)	4	Фосфор (г)	54
Углеводы (г)	5	ВитаминРР (г)		Железо (г)	1
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)			

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 45**Наименование блюда  
Источник рецептурыВинегрет овощной  
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания  
детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и  
Т.В. Тутельяна. –  
М.: ДеЛи принт,Код по ОКУД  
№ рецептуры

45

**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Огурцы соленые	кг	0,04	0,033
Горошек зеленый. Консервы	кг	0,015	0,01
Масло подсолнечное	кг	0,01	0,01
Картофель	кг	0,08 (кг)	0,071
Морковь	кг	0,02	0,016
Свекла	кг	0,06	0,04
Лук	кг	0,01	0,008
Выход готового блюда		200	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления: очищенные овощи промывают в проточной воде. Картофель свежий очищенный (полуфабрикат сульфитированный) помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течение 5-7 минут, отвар сливают. Овощи отваривают (при варке свеклы добавляют лимонную кислоту). Вареные охлажденные картофель, морковь, свеклу нарезают мелкими кубиками, огурцы консервированные (без уксуса) нарезают тонкими ломтиками, лук репчатый шинкуют. Горошек зеленый консервированный проваривают в собственном отваре в течение 5 минут после закипания, затем откидывают на дуршлаг, дают стечь отвару и охлаждают до температуры 8-10°C. Подготовленные ингредиенты соединяют, добавляют соль поваренную йодированную, масло растительное и перемешивают.

Температура подачи: 14±2°C.

Срок реализации: не более 3-х часов в не заправленном виде при температуре 4±2°C.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	190	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	37
Белки (г)	3	ВитаминС (г)	18	Фосфор (г)	90
Жиры (г)	12	ВитаминРР (г)	1	Железо (г)	2
Углеводы (г)	17	ВитаминЕ (г)	4		
ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	44		

Утверждаю:

наименование предприятия

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1026

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом

Код по ОКУД  
№ рецептуры

### Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Помидоры свежие		0,08	0,08
Масло подсолнечное	кг	0,006	0,006
Лук	кг	0,015	0,015
Соль поваренная пищевая	кг		0,00025
Огурцы (грунтовые)	кг	0,05	0,05
Выход готового блюда			106

### Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: помидоры и зеленый лук промывают под проточной водой дважды. У помидоров удаляют место прикрепления плодоножки с частью мякоти. Подготовленные помидоры нарезают тонкими ломтиками, лук шинкуют. Помидоры и лук раскладывают на порции, добавляют соль и масло растительное непосредственно перед подачей.

Температура подачи: 14±2°С.

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов, заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

### Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	155	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	17
Белки (г)	1	ВитаминС (г)	20	Фосфор (г)	22
Жиры (г)	15	ВитаминРР (г)		Железо (г)	1
Углеводы (г)	3	ВитаминЕ (г)	3		
ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	17		

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1034.02**Наименование блюда  
Источник рецептуры

Салат из свеклы с яблоком

Код по ОКУД  
№ рецептуры**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
X Свекла	кг	0,05	0,05
Свекла	кг	-	0,0872
Масло подсолнечное	кг	0,005	0,005
Яблоки	кг	0,02	0,02
Выход готового блюда		60	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления: свеклу промывают в проточной воде в течение 5 минут.

Температура подачи: 14±2°С.

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов, заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	85	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	101
Белки (г)	3	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	22
Жиры (г)	4	ВитаминС (г)	6	Фосфор (г)	81
Углеводы (г)	8	ВитаминРР (г)		Железо (г)	1
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)			

Утверждаю:

наименование предприятия

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1038

Наименование блюда Помидоры свежие  
Источник рецептуры \_\_\_\_\_

Код по ОКУД \_\_\_\_\_  
№ рецептуры \_\_\_\_\_

### Состав:

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Помидоры свежие	0,1	0,1
Выход готового блюда	100	

### Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: помидоры промыть, удалить место крепления плодоножки с частью мякоти, нарезать на порции.  
Температура подачи: 14±2°С.  
Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

### Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	24	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	20
Белки (г)	1	ВитаминС (г)	25	Фосфор (г)	26
Жиры (г)		ВитаминРР (г)	1	Железо (г)	1
Углеводы (г)	4	ВитаминЕ (г)	1		
ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	14		

Утверждаю: \_\_\_\_\_

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10**

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Огурцы свежие  
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт,

Код по ОКУД  
№ рецептуры

<b>10</b>

**Состав:**

Наименование продуктов	Единица	Брутто	Нетто
Огурцы (грунтовые)	кг	0,1	0,1
Выход готового блюда		100	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления: огурцы свежие промывают в проточной воде дважды, отрезают место прикрепления плодоножки, нарезают на порции.  
Температура подачи: 14±2°С.  
Срок реализации: не более 2-х часов с момента подготовки.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	14	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	14
Белки (г)	1	ВитаминС (г)	5	Фосфор (г)	42
Жиры (г)		ВитаминРР (г)		Железо (г)	1
Углеводы (г)	3	ВитаминЕ (г)			
ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	23		

Утверждаю:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 15**Наименование блюда  
Источник рецептурыСалат из свежих помидоров и огурцов  
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт,

Код по ОКУД

№ рецептуры

15

**Состав:**

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Помидоры свежие	0,03	0,024
Огурцы (грунтовые) кг	0,02	0,017
Масло подсолнечное кг	0,003	0,003
Лук кг	0,007	0,006
Соль поваренная пищевая кг		0,00025
Выход готового блюда	50	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Подготовленные свежие помидоры и очищенные огурцы нарезают тонкими ломтиками, лук зеленый очищают, моют, мелко шинкуют, лук репчатый мелко шинкуют и бланшируют. Нарезанные помидоры, огурцы и лук перед отпуском перемешивают, заправляют растительным маслом, солят, раскладывают на порции. Салат можно отпускать без лука, соответственно уменьшив выход.

**Требования к оформлению и подаче блюд:**

Требования к качеству

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны тонкими ломтиками, лук мелко нашинкован. Овощи уложены горкой. Заправлены растительным маслом

Консистенция: помидоров и огурцов - упругая, лука - сочная

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	37	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	98
Белки (г)		ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	7
Жиры (г)	3	ВитаминС (г)	2	Магний (г)	3
Углеводы (г)	2	ВитаминРР (г)		Фосфор (г)	11
Витамина А (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	

Утверждаю: