

Название меню: 2023-2024 (12-18 лет)
Возрастная категория: от 12 до 18 лет
Характеристика питающихся: Без особенностей

Сборники рецептов, которые были использованы в меню:

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

Список блюд(всего 21):

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	75.0	60.0	0.48	0.06	1.50	8.5
Выход:			60	0.48	0.06	1.5	8.5

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	Огурец	0.01	0.02	3.60	0.10	2	4	70	12	7	22	0	1.8	0.2
Итого		0.01	0.02	3.6	0.1	2	4	70	12	7	22	0	1.8	0.2

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.

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	67.8	60.0	0.66	0.12	2.28	12.8
Выход:			60	0.66	0.12	2.28	12.8

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	Томат	0.03	0.02	47.88	0.34	6	1	144	7	10	14	0	1.2	0.2
Итого		0.03	0.02	47.88	0.34	6	1	144	7	10	14	0	1.2	0.2

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.

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.

Горошек зеленый

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-20з

Наименование изделия:Горошек зеленый

Номер рецептуры:54-20з

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	Горошек зеленый консерв.	93.0	60.0	1.75	0.11	3.55	22.1
Выход:			60	1.75	0.11	3.55	22.1

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	Горошек зеленый консерв.	0.05	0.02	18.00	0.34	2	164	49	11	11	32	0	0.0	0.7
Итого		0.05	0.02	18	0.34	2	164	49	11	11	32	0	0	0.7

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку 3-5 минут, отвар сливают. Охлажденный горошек 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.

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	30.8	30.8	3.56	1.65	16.68	95.8
2	Молоко 2.5% м.д.ж	118.0	118.0	3.22	2.60	5.15	56.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.0	5.0	0.04	3.19	0.06	29.1
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9
5	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	58.0	58.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	6.82	7.44	24.61	192.6

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 овсяная	0.11	0.03	0.00	1.06	0	8	93	17	31	94	1	1.4	7.8
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.14	15.58	0.76	1	45	143	125	14	92	0	10.6	2.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.50	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
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	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	18	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.14	0.17	29.08	1.83	1	348	237	164	45	188	1	52	9.9

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.

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	40.0	40.0	3.12	0.42	25.84	119.7
2	Молоко 2.5% м.д.ж	100.0	100.0	2.73	2.20	4.37	48.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.0	5.0	0.04	3.19	0.06	29.1
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9
5	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	68.0	68.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	5.89	5.81	32.99	207.9

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	Крупа кукурузная	0.04	0.02	7.92	0.67	0	2	49	7	10	38	1	0.0	6.0
2	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
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.50	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
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	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	21	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.14	34.62	1.32	1	335	171	138	22	118	1	49	7.8

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.

Каша жидкая молочная гречневая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-20к

Наименование изделия:Каша жидкая молочная гречневая

Номер рецептуры:54-20к

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	38.0	38.0	4.50	1.10	19.75	106.9
2	Молоко 2.5% м.д.ж	96.0	96.0	2.62	2.11	4.19	46.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	4.0	4.0	0.03	2.55	0.05	23.3
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9
5	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	64.0	64.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	7.15	5.76	26.71	187.3

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	0.12	0.06	0.46	2.19	0	1	120	7	66	99	2	1.3	1.9
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	12.67	0.61	0	36	116	101	12	75	0	8.6	1.7
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	10.80	0.01	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
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	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	20	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.15	0.18	23.93	2.81	0	331	237	132	78	176	2	49.9	3.6

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.

Запеканка из творога

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

Наименование изделия:Запеканка из творога

Номер рецептуры:54-1т

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	Сухари панировочные	5.2	5.2	0.54	0.06	3.18	15.5
2	Крупа манная	9.7	9.7	0.94	0.09	6.22	29.4
3	Творог 5.0% м.д.ж	139.5	139.5	27.54	6.14	3.81	180.6
4	Сметана 15.0%	5.2	5.2	0.13	0.68	0.17	7.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.2	5.2	0.04	3.30	0.06	30.1
6	Яйцо куриное	4.4	4.0	0.47	0.40	0.03	5.6
7	Сахар-песок	9.0	9.0	0.00	0.00	8.17	32.7
8	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	36.0	36.0	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Ванилин	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.0
Выход:			150	29.66	10.67	21.65	301.2

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.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сухари панировочные	0.01	0.00	0.00	0.18	0	21	8	1	2	6	0	0.0	1.1
2	Крупа манная	0.01	0.00	0.00	0.23	0	0	10	2	2	7	0	0.0	0.0
3	Творог 5.0% м.д.ж	0.04	0.29	27.62	4.35	0	43	130	201	28	267	0	12.6	36.8
4	Сметана 15.0%	0.00	0.00	3.32	0.02	0	2	5	4	0	3	0	0.5	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.97	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
6	Яйцо куриное	0.00	0.01	6.20	0.11	0	4	5	2	0	7	0	0.8	1.1
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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	11	0	0	0	0.0	0.0
10	Ванилин	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.3	51.11	4.9	0	181	159	223	32	291	0	28.9	39

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Творог перетирают. В горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 минут, охлаждают. Протертый творог смешивают с заваренной и охлажденной вязкой манной кашей. Добавляют сырые яйца, сахар, соль. Подготовленную массу выкладывают в смазанный сливочным маслом и посыпанный панировочными сухарями противень слоем 3-4 см. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия до образования корочки, затем при температуре 180-200 градусов Цельсия доводят до готовности (суммарно не менее 15 минут). Готовность блюда определяют по уплотнению структуры — запеканка легко отделяется от стенок противня. Перед отпуском запеканку нарезают на порции. Температура подачи: не менее 65 градусов С

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность ровная, без трещин; консистенция - упругая; поверхность - ровная; цвет - белый на разрезе; вкус и запах - творожный с ванилином.

Омлет натуральный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10

Наименование изделия:Омлет натуральный

Номер рецептуры:54-10

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	57.7	57.7	1.57	1.27	2.52	27.8
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	11.6	11.6	0.09	7.37	0.14	67.2
3	Яйцо куриное	101.5	92.3	11.02	9.34	0.59	130.5
4	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	12.68	17.98	3.25	225.5

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	Молоко 2.5% м.д.ж	0.02	0.07	7.62	0.37	0	22	70	61	7	45	0	5.2	1.0
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	31.19	0.02	0	1	3	2	0	3	0	0.0	0.1
3	Яйцо куриное	0.05	0.32	143.99	2.66	0	94	107	45	10	154	2	18.5	24.9
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	132	0	1	0	0	0	18.0	0.0
Итого		0.07	0.4	182.8	3.05	0	249	180	109	17	202	2	41.7	26

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Затем яичную массу выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки. Омлет можно варить на пару 25-30 мин. Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; цвет - золотисто-желтый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Картофель отварной в молоке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10г

Наименование изделия:Картофель отварной в молоке

Номер рецептуры:54-10г

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	Мука пшеничная высший сорт	7.5	7.5	0.76	0.09	4.77	22.9
2	Картофель	224.3	133.5	2.51	0.47	19.80	93.5
3	Молоко 2.5% м.д.ж	45.0	45.0	1.23	0.99	1.97	21.7
4	Масло подсолнечное	4.5	4.5	0.00	3.96	0.00	35.6
5	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	4.5	5.51	26.54	173.7

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	Мука пшеничная высший сорт	0.01	0.00	0.00	0.07	0	0	8	1	1	6	0	0.1	0.4
2	Картофель	0.12	0.07	2.40	1.92	11	5	629	12	27	67	1	6.7	0.3
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.05	5.94	0.29	0	17	55	48	5	35	0	4.0	0.8
4	Масло подсолнечное	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	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
Итого		0.14	0.12	8.34	2.28	11	169	692	63	33	108	1	30.8	1.5

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают дольками или крупными кубиками, заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до полуготовности. Затем отвар сливают, добавляют горячее молоко (35 г.), варят до готовности. Для приготовления мучной пассеровки необходимо всыпать муку в предварительно растопленное масло и пассеровать при температуре 120 градусов С до приобретения светло-желтого цвета. Разведенную молоком холодную мучную пассеровку добавляют в картофель, и, помешивая, доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – форма нарезки картофеля должна сохраниться; консистенция - рыхлая, картофель частично разварен; вкус и запах - отварного картофеля и кипяченого молока.

Макаронны отварные с овощами

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

Наименование изделия:Макаронны отварные с овощами

Номер рецептуры:54-2г

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	36.8	36.8	3.81	0.42	23.61	113.4
2	Горошек зеленый консерв.	9.4	8.3	0.24	0.01	0.49	3.1
3	Томатное пюре	9.0	9.0	0.30	0.00	0.97	5.1
4	Морковь	26.2	21.0	0.26	0.02	1.32	6.5
5	Укроп	0.9	0.8	0.02	0.00	0.05	0.3
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	9.0	9.0	0.07	5.74	0.11	52.4
7	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Вода	220.5	220.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	4.7	6.19	26.55	180.8

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	Макаронные изделия высшего сорта	0.05	0.01	0.00	0.85	0	1	38	6	5	28	1	0.6	0.0
2	Горошек зеленый консерв.	0.01	0.00	2.49	0.05	0	23	7	1	2	4	0	0.0	0.1
3	Томатное пюре	0.00	0.00	10.80	0.08	1	1	50	2	4	5	0	0.0	0.1
4	Морковь	0.01	0.01	252.00	0.17	0	3	35	5	7	10	0	1.1	0.0
5	Укроп	0.00	0.00	3.60	0.01	0	0	2	2	0	1	0	0.0	0.0
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	24.30	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
8	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	68	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.03	293.19	1.17	1	176	134	88	18	50	1	21.7	0.3

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой, пассеруют с добавлением небольшого количества воды, сливочного масла и томат-пюре 5-7 минут. Укроп перебирают, промывают, шинкуют. Консервированный зеленый горошек доводят до кипения в собственном отваре и откидывают. Макаронные изделия 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, добавляют к ним зеленый горошек, морковь с томатным пюре, укроп, заправляют растопленным сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия 5-7 минут, охлаждают до необходимой температуры. Блюдо готово к раздаче. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: макаронные изделия должны сохранить форму, хорошо отделяться друг от друга, овощи сохраняют форму; цвет, вкус и запах - соответствует наименованию блюда.

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	211.7	126.0	2.37	0.44	18.69	88.2
2	Молоко 2.5% м.д.ж	24.0	24.0	0.65	0.53	1.05	11.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
4	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	3.07	5.31	19.82	139.4

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	Картофель	0.11	0.07	2.27	1.81	10	5	594	11	25	64	1	6.3	0.3
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.03	3.17	0.15	0	9	29	25	3	19	0	2.2	0.4
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	18.36	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	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
Итого		0.12	0.11	23.8	1.97	10	162	625	39	28	85	1	28.5	0.8

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 протирачную 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 тушеная с морковью

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-25м

Наименование изделия: Курица тушеная с морковью

Номер рецептуры:54-25м

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	Мука пшеничная высший сорт	2.7	2.7	0.27	0.03	1.72	8.2
2	Лук репчатый	12.9	10.3	0.14	0.02	0.77	3.8
3	Морковь	28.4	22.7	0.28	0.02	1.43	7.0
4	Куриная грудка (филе)	67.2	59.5	13.20	0.99	0.22	62.6
5	Сметана 15.0%	9.1	9.1	0.22	1.20	0.30	12.9
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.8	1.8	0.01	1.15	0.02	10.5
7	Масло подсолнечное	2.7	2.7	0.00	2.37	0.00	21.4
8	Соль поваренная йодированная	0.7	0.7	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	40.0	40.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	14.12	5.78	4.46	126.4

Витамины и минеральные вещества

[illegible]

8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	283	0	3	0	1	0	29.2	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	14	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.07	477.19	4.94	3	328	252	39	62	129	1	35	13.9

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах, нарезают порционными кусками, панируют в муке, кладут на предварительно смазанный противень и запекают. Подготовленные овощи нарезают соломкой и припускают. Порционные куски запеченной курицы кладут в сотейник, добавляют подготовленные овощи, немного воды, закрывают крышкой и тушат до полуготовности, затем заливают подготовленным соусом сметанным и доводят до готовности. Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу при температуре 120 градусов С, не допуская изменения ее цвета, охлаждают до 70 градусов С, растирают со сливочным маслом, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы. Затем заливают оставшейся водой и варят до готовности. В конце варки добавляют соль. Горячий процеженный соус соединяют со сметаной, доведенной до кипения, и варят 3-5 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - курица нарезана кубиками, консистенция - курица мягкая, овощи сохранили форму, цвет - курица на разрезе белого цвета, поверхность кусочков - розоватая, цвета соуса, вкус и запах - куриного мяса.

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	6.0	6.0	0.39	0.05	4.04	18.2
2	Лук репчатый	7.5	6.0	0.08	0.01	0.45	2.2
3	Говядина 1 категории	51.5	45.6	7.97	6.42	0.00	89.7
4	Молоко 2.5% м.д.ж	8.4	8.4	0.23	0.18	0.37	4.0
5	Масло подсолнечное	2.4	2.4	0.00	2.11	0.00	19.0
6	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			60	8.67	8.77	4.86	133.1

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	Крупа рисовая	0.00	0.00	0.00	0.16	0	1	5	0	3	8	0	0.1	0.8
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	9	2	1	3	0	0.2	0.0
3	Говядина 1 категории	0.02	0.05	0.00	2.99	0	23	123	4	9	75	1	3.3	0.0
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.01	1.11	0.05	0	3	10	9	1	7	0	0.8	0.1
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	100	0	1	0	0	0	13.6	0.0
Итого		0.02	0.06	1.11	3.22	0	127	147	16	14	93	1	18	0.9

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 (54-6соус-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.

Котлета рыбная (минтай)

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

Наименование изделия:Котлета рыбная (минтай)

Номер рецептуры:54-3р

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	Хлеб пшеничный	19.0	19.0	1.36	0.13	8.51	40.7
2	Минтай (филе)	90.4	80.0	11.96	0.63	0.00	53.5
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	2.0	2.0	0.02	1.28	0.02	11.6
4	Яйцо куриное	6.6	6.0	0.72	0.61	0.04	8.5
5	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	14.0	14.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	14.06	2.65	8.57	114.3

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	Хлеб пшеничный	0.02	0.00	0.00	0.33	0	72	15	3	2	11	0	0.6	1.0
2	Минтай (филе)	0.06	0.07	4.80	2.94	0	24	279	28	38	167	1	120.0	11.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	5.40	0.00	0	0	0	0	0	1	0	0.0	0.0
4	Яйцо куриное	0.00	0.02	9.36	0.17	0	6	7	3	1	10	0	1.2	1.6
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	118	0	1	0	0	0	16.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	4	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.08	0.09	19.56	3.44	0	220	301	39	41	189	1	137.8	13.8

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов Цельсия из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 литр. Размороженную рыбу очищают от кожи, разрезают на куски и измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым пшеничным хлебом, добавляют соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты. Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают до готовности (20-25 минут) в духовом шкафу или пароконвектомате. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, рыхлая, сочная; цвет - белый с сероватым оттенком; вкус и запах - рыбный.

Соус молочный натуральный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-5соус

Наименование изделия:Соус молочный натуральный

Номер рецептуры:54-5соус

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	Мука пшеничная высший сорт	8.0	8.0	0.81	0.09	5.09	24.4
2	Молоко 2.5% м.д.ж	100.0	100.0	2.73	2.20	4.37	48.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	8.0	8.0	0.06	5.10	0.09	46.6
4	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	3.6	7.39	9.55	119.2

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.01	0.00	0.00	0.08	0	0	8	1	1	6	0	0.1	0.4
2	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
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	21.60	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	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
Итого		0.04	0.13	34.8	0.73	1	127	131	110	13	86	0	21.1	2.3

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Для приготовления молочного соуса – муку со сливочным маслом подсушивают, добавляют горячее молоко и варят при слабом кипении 7-10 минут, помешивая, процеживают, заправляют солью и еще раз доводят до кипения Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - консистенция жидкая без комочков, цвет белый, вкус молочный.

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.	Са, 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.

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.

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	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, 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.

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	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.

Чай с молоком и сахаром

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

Наименование изделия:Чай с молоком и сахаром

Номер рецептуры:54-4гн

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	50.0	50.0	1.36	1.10	2.18	24.1
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	150.0	150.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	1.55	1.14	8.6	50.9

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	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.06	6.60	0.32	0	19	61	53	6	39	0	4.5	0.9
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	46	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.07	6.9	0.41	0	20	82	103	10	46	1	4.5	0.9

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 и горячее кипяченое молоко. Чай разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с молоком и сахаром.