

Технологические карты

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 1

Наименование кулинарного изделия (блюда): ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 107

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сентября	20,4	15 ¹	34	25 ¹
***с 1 сентября по 31 октября	20,6	15 ¹	34,4	25 ¹
***с 1 ноября до 31 декабря	22,1	15 ¹	36,8	25 ¹
***с 1 января по 28-29 февраля	23,9	15 ¹	39,8	25 ¹
***с 1 марта	25,8	15 ¹	43	25 ¹
Свекла до 1 января	15,3	12 ¹	25,5	20 ¹
***с 1 января	16,3	12 ¹	27,2	20 ¹
Морковь до 1 января	11,3	9 ¹	18,9	15 ¹
***с 1 января	12,1	9 ¹	20,1	15 ¹
Огурцы соленые ²	15	12	25	20
Лук зеленый	11,3	9	18,8	15
или лук репчатый	10,7	9 ³	17,9	15 ³
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
ВЫХОД:	60		100	

¹ Масса отварных очищенных овощей

² С использованием огурцов консервированных без уксуса

³ Масса бланшированного репчатого лука

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценност ь, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
С луком зеленым											
60	0,81	3,70	4,61	54,96	20,13	12,81	24,10	0,53	0,03	7,95	0,00
100	1,35	6,16	7,69	91,60	33,55	21,35	40,17	0,88	0,05	13,25	0,00
С луком репчатым											
60	0,82	3,71	5,06	56,88	13,92	12,45	26,98	0,51	0,04	6,15	0,00
100	1,36	6,18	8,44	94,80	23,20	20,75	44,97	0,85	0,06	10,25	0,00

Технология приготовления:

Отварные очищенные картофель, свеклу, морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Зеленый лук нарезают длиной до 1 см; если используют репчатый лук, то его мелко шинкуют и бланшируют кипящей водой, откидывают на дуршлаг.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают.

В винегрет можно добавлять от 5 до 10 г. припущенного зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов.

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

Внешний вид: овощи нарезаны мелкими ломтиками, равномерно перемешаны и заправлены растительным маслом.

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: продуктов, входящих в состав блюда

Вкус: продуктов, входящих в состав блюда

Запах: продуктов, входящих в состав блюда

Технологическая карта кулинарного блюда № 2

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАКАО С МОЛОКОМ

Номер рецептуры: 959

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов,
В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 403

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Какао-порошок	6	6
Сахар	20	20
Молоко	200	200
ВЫХОД:	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
3,52	3,72	25,49	145,2	122,0	14,00	90,00	0,56	0,04	1,30	0,01

Технология приготовления:

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипяток и доводят до кипения.

Можно приготавливать какао на молоке сгущенном, при этом соотношение свежего молока к сгущенному составляет 1 : 0,38, а закладку сахара уменьшают на 15% (17 г).

Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-шоколадный

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом какао и кипяченого молока

Запах: аромат какао и кипяченого молока

Картофельное пюре №3

Наименование блюда: Картофельное пюре

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №131

Источник (сборник): Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.

Вид обработки: Варка

Вес блюда:

100

грамм

Пересчитать

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой	107.4	86.1
Масло сливочное	3.5	3.5

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	2.04
Жиры, г	3.52
Углеводы, г	13
Калорийность, ккал	93.48
В1, мг	0.07
В2, мг	0.07
С, мг	3.46
Са, мг	24.27
Fe, мг	0.71

Рекомендуемый выход блюда для кормления школьников за 1 прием пищи (грамм):

Тип довольствующихся	Выход блюда, грамм
Школьники от 7 до 11 лет	180
Школьники от 11 лет и старше	230

Технологическая карта приготовления блюда в школе:

Технология приготовления
Промытый и очищенный картофель отваривают. Воду сливают, картофель подсушивают, протирают, добавляют растопленное сливочное масло, тщательно перемешивают, взбивают до образования пышной массы.

Технологическая карта № 3**Наименование изделия: Картофельное пюре****Номер рецептуры: 206****Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель				
с 01.09-31.10	90	68	102	77
с 31.10-31.12	97	68	110	77
с 31.12-28.02	105	68	119	77
с 29.02-01.09	114	68	129	77
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	13	13	15	15
Масса кипяченого молока		12		14
Масло коровье сладкосливочное	2	2	2,5	2,5
Выход		80		90

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Витамин С, мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)				
1,62	2,79	9,63	75,74	6,0
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)				
1,82	3,14	10,83	85,21	6,75

Технология приготовления

При изготовлении картофельного пюре следует использовать механическое оборудование!

Картофель сортируют, моют и очищают. Очищенный картофель повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенный картофель во избежание потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50 см), солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, протирают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80° С. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, масло коровье сладкосливочное растопленное и доведенное до кипения. Смесь прогревают, взбивая, на водяной бане при температуре 100° С 5-6 минут.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: протертая картофельная масса.

Консистенция: пышная, густая, однородная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный.

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

Технологическая карта № 4

Наименование изделия: Каша гречневая (перловая) рассыпчатая

Номер рецептуры: 186

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	32	32	69	69
Вода	47	47	10	101
Или крупа перловая	23	23	49	49
Вода	54	54	116	116
Масса каши		68		146
Масло коровье сладкосливочное	2	2	4	4
Выход с маслом		70		150

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Витамин С, мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)				
2,10	2,99	10,22	122,73	0
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)				
4,50	6,40	21,90	263,00	0,00

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша сделается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. Масло коровье сладкосливочное предварительно подвергается термической обработке (растопливается и доводится

до кипения). При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом сливочным.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом.

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Вкус: свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов соответствии с рецептурой.

Запах: свойственный данному виду крупы.

Технологическая карта кулинарного блюда № 5

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
 Номер рецептуры: 868
 Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 372

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Смесь сухофруктов	20	20
Вода	200	200
Сахар	20	20
Кислота лимонная	0,2	0,2
ВЫХОД:	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,00	3,6	0,18	0,01	1,08	0,00

Технология приготовления:

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности.
 Компот варят заранее, чтобы он настоялся.

Требования к качеству:

Внешний вид: плоды или ягоды не переваренные, уложенные в стакан или креманку и залиты полученным при варке компота прозрачным отваром

Консистенция: отвара – жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов

Цвет: от светло-коричневого до темно-коричневого, в зависимости от набора сухофруктов

Вкус: приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод

Запах: аромат использованных плодов и ягод

Макаронны по-флотски

Технологическая карта № 6Макаронны по-флотски, 1 кг (СР- рецептура № 154)

Издательство г. Киев «А.С.К» 2005 г.

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на макаронны по-флотски, вырабатываемые в наименование объекта, город.

2. ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления макарон по-флотски, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, декларацию о соответствии, качественное удостоверение и пр.).

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

3. РЕЦЕПТУРА

Наименование	Вес брутто, г	Расход сырья на порцию, г			
		% при холодной обработке	Вес нетто, г	% при тепловой обработке	
Макаронные изделия	290,0	0,00	290,0	269,00	набухание
Вода	1800,0	0,00	1800,0	100,00	
Соль	12,0	0,00	12,0	100,00	
Фарш мясной ассорти, п/ф	210,0	0,00	210,0	32,38	
Лук репчатый очищенный, п/ф	100,0	0,00	100,0	50,00	
Масло растительное	40,0	0,00	40,0	30,00	
Перец черный молотый	1,0	0,00	1,0	100,00	
Выход					

4. Технология приготовления

Макаронные изделия (макаронны, лапшу и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят в течение 20-25 минут, лапшу 18-20 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего их масса увеличивается примерно в 2,5-3 раза, в зависимости от сорта.

Сваренные макаронные изделия откидывают на дуршлаг, промывают кипящей водой.

Пока макароны варятся, очищенный репчатый лук нарезают кубиками 5х5 мм. Сковородку ставят на плиту. Разогревают, наливают растительное масло, выкладывают нарезанный лук и обжаривают, помешивая, пока лук не станет прозрачным.

Затем выкладывают на сковородку фарш мясной ассорти. Перемешивают с луком и жарят, помешивая, пока фарш не подрумянится. Во время обжаривания его нужно разбивать лопаточкой, чтобы фарш оставался рассыпчатым и прожаривался равномерно. В конце приготовления фарш доводят до вкуса.

Сваренные макароны перемешивают с подготовленным фаршем.

5. Характеристика готового блюда, полуфабриката

Внешний вид – сваренные до готовности макаронные изделия перемешаны с обжаренным фаршем. Изделия сохраняют форму.

Вкус – характерен для сваренных макаронных изделий, обжаренного мясного фарша, жареного лука, без постороннего привкуса.

Запах – характерен для сваренных макаронных изделий, обжаренного мясного фарша, жареного лука, без постороннего запаха.

6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Макароны по-флотски приготавливают по меню. Тепловой обработке подвергают непосредственно перед выдачей.

Срок хранения определяется, согласно СанПиН 2.3.2.1324-03, и составляет не более 12 часов с момента окончания технологического процесса.

Микробиологические показатели макарон по-флотски должны соответствовать требованиям СанПиН 2.3.2.1078-01.

Салат из моркови (ТТК2310)

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №7 Салат из моркови

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта разработана в соответствии ГОСТ 31987-2012 и распространяется на блюдо Салат из моркови вырабатываемое объектом общественного питания.

ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда должны соответствовать требованиям действующих нормативных документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.)

3. РЕЦЕПТУРА

Наименование	Норма закладки	
	на 1 порцию, г, мл	
сырья	брутто	нетто
Морковь	80,00	64,00
Сахар	5,0	5,0
Масло	6,00	6,00
растительное		
Выход:		65

4. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют мелкой соломкой, добавляют сахар и заправляют растительным маслом.

ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Подача: Блюдо готовят по заказу потребителя, используют согласно рецептуре основного блюда. Срок хранения и реализации согласно СанПин2.3.2.1324-03, СанПин2.3.6.1079-01 Примечание: технологическая карта составлена на основании акта проработки.

ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:

Салат уложен горкой, морковь сохранила форму нарезки.
Консистенция моркови хрустящая, вкус сладковатый, без соли, свойственный моркови.
Температура подачи 15 °С.

6.2 Микробиологические и физико-химические показатели :

По микробиологическим и физико-химическим показателям данное блюдо соответствует требованиям технического регламента Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции»(ТР ТС 021/2011)

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ

Химический состав данного блюда				Минер.веществ				
Пищевые вещества				а, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг.ценнос ть, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
0,8	7,0	7,3	81,05	19,2	0,36	0,036	0,042	2,58

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 8

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ

Номер рецептуры: 424

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов,
В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 184

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо куриное	1 шт.	40
ВЫХОД:	-	1 шт. (40 г)

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
5,10	4,60	0,30	63,00	22,00	4,80	76,8	1,00	0,03	0,00	0,10

Технология приготовления:

Перед использованием яйцо подвергается специальной обработке в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Затем обработанные яйца погружают в кипящую подсоленную воду (на 3 л воды 40-50 г соли на 10 яиц) и варят после закипания в течение 10 минут.

Сваренное яйцо подают остывшим в скорлупе, не очищая.

Требования к качеству:

Яйцо, сваренное вкрутую, имеет плотный белок и желток. Желток нежный, рассыпчатый, возможно наличие незатвердевшей капли в центре. Белок нежный, вязкий.

Технологическая карта № 9**Наименование изделия: Чай с лимоном****Номер рецептуры: 200,264****Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,6	0,6
Вода	48	48	53	53
Чай-заварка		48		53
Сахар	10	10	12	12
Лимон свежий	5	4	6	5
Вода	118	118	130	130
Выход		180		200

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Витамин С, мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)				
0,05	0,00	10,92	42,00	1,92
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)				
0,04	0	12,13	47	2,0

Технология приготовления

Чай насыпают на определенное количество порций, заливают кипятком, настаивают 5-10 минут. В стакан заливают заварку чая, кладут сахар, заливают кипятком. Предварительно промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин.

Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром, непосредственно перед отпуском.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость - золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавают кружочки лимона.

Консистенция: однородная, сочная.

Цвет: золотисто-желтоватый.

Вкус: сладкий, с привкусом лимона.

Запах: свойственный чаю и лимона.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 9

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СУП РИСОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ
и томатной пастой (харчо)**

Номер рецептуры: 204

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов,
В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 86

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина б/к	32,4	31	24,3	22,2
Картофель молодой до 1 сент.	80	60	100	75
***с 1 сентября по 31 октября	85,7	60	107,1	75
***с 1 ноября до 31 декабря	92,3	60	115,3	75
***с 1 января по 28-29 февраля	100	60	125	75
***с 1 марта	80	60	100	75
Крупа рисовая	4,8	4,8	6	6
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Томатная паста (25%)	4,8	4,8	6	6
Вода	150	150	188	188
ВЫХОД:	200/20		250/15	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
200/20	7,18	2,94	11,76	102,26	21,01	25,93	95,87	1,18	0,10	6,70	0,00
250/15	6,18	3,30	14,65	113,00	24,98	29,45	96,93	1,24	0,11	8,33	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут нарезанный брусочками картофель, после закипания закладывают подготовленную крупу, варят 10-15 минут, добавляют пассерованные с томатной пастой морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания процесса варки добавляют соль, специи. Говядину отваривают отдельно и при отпуске кладут в каждую тарелку.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель, овощи и рисовая крупа

Консистенция: овощи и картофель мягкие, крупа мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

Цвет: супа – золотисто-красный, жира на поверхности –оранжевый

Вкус: умеренно соленый, свойственный картофелю, овощам и мясу

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта № 10

Наименование изделия: Щи из свежей капусты со сметаной

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. –М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Картофель	80	56
Морковь	20	16
Капуста б/кочанная	50	40
Лук репка	51	40
Масло сливочное	3	3
Сметана	11	11
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,72	3,2	-	43,6					
-	-	-	-					
0,32	0,064	2,768	12,8					
0,26	0,02	1,68	6,8					
0,9	0,05	2,35	13,5					
0,14	-	0,828	4,1					
0,049	2,34	0,03	21,27					
0,308	2,2	0,352	22,66					

Технология приготовления:

Белокочанную капусту нарезают соломкой, картофель – кубиками или брусочками. Репчатый лук шинкуют и пассируют в масле. В кипящий бульон закладывают капусту, доводят до кипения, вводят картофель и варят до полуготовности. Затем добавляют пассированную морковь, томат – пюре или кусочки свежих помидоров, соль и варят до готовности 7 – 10 минут.

Технологическая карта № 11

Наименование изделия: Каша гречневая (перловая) рассыпчатая

Номер рецептуры: 186

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	32	32	69	69
Вода	47	47	10	101
Или крупа перловая	23	23	49	49
Вода	54	54	116	116
Масса каши		68		146
Масло коровье сладкосливочное	2	2	4	4
Выход с маслом		70		150

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Витамин С, мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)				
2,10	2,99	10,22	122,73	0
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)				
4,50	6,40	21,90	263,00	0,00

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. Масло коровье сладкосливочное предварительно подвергается термической обработке (растопливается и доводится

до кипения). При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом сливочным.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом.

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Вкус: свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов соответствии с рецептурой.

Запах: свойственный данному виду крупы.

Каша пшеничная рассыпчатая №12

Наименование блюда: Каша пшеничная рассыпчатая

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №167

Источник (сборник): Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.

Вид обработки: Варка

Вес блюда:

100

грамм

Пересчитать

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшеничная	40	40
Вода питьевая	51.6	51.6
~ Каша рассыпчатая	-	100
Масло сливочное	2.8	2.8

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	4.64
Жиры, г	2.6
Углеводы, г	27.4
Калорийность, ккал	146
В1, мг	0.13
В2, мг	0.06
С, мг	5.81
Са, мг	51
Fe, мг	2.23

Рекомендуемый выход блюда для кормления школьников за 1 прием пищи (грамм):

Тип довольствующихся	Выход блюда, грамм
Школьники от 7 до 11 лет	180/5
Школьники от 11 лет и старше	250/7

Технологическая карта приготовления блюда в школе:

Технология приготовления

Крупы перебирают, моют и всыпают в подсоленную воду, доводят до кипения, закрывают крышкой, ставят в водяную баню или жарочный шкаф и доводят до готовности. Заправляют растопленным сливочным маслом и перемешивают. Подают как гарнир к мясным соусным блюдам.

Суп молочный с рисом №13



Наименование блюда: Суп молочный с рисом
Технологическая карта (кулинарный рецепт) №73
Источник (сборник): Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.
Вид обработки: Варка

Вес блюда:

100

грамм

Пересчитать

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Рис	6	6
Молоко	Школа: Питание*	Школа: Питание*
Масло сливочное	1	1
Сахар	1.25	1.25

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	4
Жиры, г	4.55
Углеводы, г	13.95
Калорийность, ккал	112
B1, мг	0.0055
B2, мг	0.15
C, мг	0.55
Ca, мг	112.25
Fe, мг	0.145

Рекомендуемый выход блюда для кормления школьников за 1 прием пищи (грамм):

Тип довольствующихся	Выход блюда, грамм
Школьники от 7 до 11 лет	200
Школьники от 11 лет и старше	300

Технологическая карта приготовления блюда в школе:

Технология приготовления
Крупы: рисовую или "Артек" или овсяную или пшено, варят в кипящем молоке, кладут соль, сахар и варят до готовности. При отпуске заправляют маслом. К супу можно подавать отдельно пшеничные или кукурузные хлопья.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 14

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур
блюд и кулинарных изделий для предприятий питания
при общеобразовательных школах /
Под ред. В.Т.Лапшиной. –
М.: Хлебпродинформ, 2004, с. 91, с. 90

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная свежая	59,4	47,4	99	79
Масса прогретой капусты	-	42,6	-	71
Лук зеленый	7,8	6	13	10
или морковь до 1 января	7,8	6	13	10
С 1 января	8	6	13,3	10
Лимонная кислота	0,2	0,2	0,3	0,3
Сахар	3	3	5	5
Масло растительное	3	3	5	5
ВЫХОД:	60		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценност ь, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
С луком											
60	0,85	3,05	5,19	51,54	26,80	7,90	14,83	0,32	0,01	20,97	0,00
100	1,41	5,08	8,65	85,90	44,67	13,16	24,71	0,54	0,02	34,95	0,00
С морковью											
60	0,85	3,05	5,41	52,44	22,42	9,10	16,57	0,31	0,02	19,47	0,00
100	1,41	5,08	9,02	87,40	37,37	15,16	27,61	0,51	0,03	32,45	0,00

Технология приготовления:

Капусту шинкуют тонкой соломкой, добавляют соль (1,5 г на 100 г), лимонную кислоту и нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с шинкованным зеленым луком и морковью, нарезанной соломкой. Салат заправляют сахарным сиропом (1:0,5), растительным маслом.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

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

Консистенция: хрустящая, не жесткая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам

Запах: свежей белокочанной капусты, моркови с ароматом растительного масла

Плов с фасолью

Пищевая ценность на 100 гр.

Калорийность:175,75 ккал

Белки:10,01 г

Жиры:8,24 г

Углеводы:16,41 г

Условия хранения

Срок хранения 3 ч.

Метод обработки: Тушение

Состав

Технология приготовления

Плов готовят, как указано в рец. №444. За 25-30 мин до окончания тушения мяса с овощами добавляют подготовленную фасоль, предварительно замоченную в течение 5-8 ч.Готовый плов аккуратно перемешивают. При отпуске на плов сверху кладут мясо, нарезанное мелкими кусочками.

	Наименование сырья	Затраты на 200 г готового изделия		
		брутто	нетто	ед. изм.
Курытина очищенная		83	83	г
Крупа рисовая		46	46	г
Лук репчатый мелко нарезанный		12	12	г
Морковь очищенная мелко нарезанная		52	52	г
Масло растительное		15	15	г
Фасоль отварная		8	8	г
ИТОГО		216	216	г

Источник рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Лапшина В.Т. 2004

Номер рецептуры: 445.

Плов с курицей

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 16 Плов с курицей

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта разработана в соответствии ГОСТ 31987-2012 и распространяется на блюдо Плов с курицей вырабатываемое объектом общественного питания.

ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда должны соответствовать требованиям действующих нормативных документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.)

3. РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов		
	1 порция готовой продукции, г	100 порций готовой продукции, кг	
Курица потрошенная 1 сорта	Брутто	Нетто	Нетто
или бройлер-цыпленок полупотрошенный 1 категории	82	73	7,3
Масло растительное	96	69	6,9
Лук репчатый	8	8	0,8
Морковь до 01.01	9	8	0,8
с 01.01	10	8	0,8
Крупа рисовая	11	8	0,8
Масса тушеной птицы	35	35	3,5
Масса готового риса с овощами	—	50	5,00
Выход готовой продукции	—	100	10,0
		150	15,00

4. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовленные овощи (морковь, лук репчатый) нарезают соломкой, пассируют. Крупу рисовую просеивают, перебирают, промывают теплой (40°C), а затем горячей водой (60-70°C).

Птицу рубят на порции (по 1 куску), обжаривают до образования корочки, посыпав солью, кладут в посуду. Добавляют подготовленные овощи, заливают горячим бульоном и дают закипеть (2,1л воды на 1 кг крупы рисовой), затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 40-50 мин. в жарочный шкаф с температурой 250-280°C.

РЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

подача: Блюдо готовят по заказу потребителя, используют рецептуре основного блюда. Срок хранения и реализации согласно СанПин2.3.2.1324-03, СанПин2.3.6.1079-01 Примечание: технологическая карта составлена на основании акта проработки.

порцию плова кладут горкой на подогретую тарелку, сверху укладывают кусок птицы. Оптимальная температура подачи 65°C.

ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

1.1 Органолептические показатели качества:

Внешний вид – плов уложен горкой, сверху – кусок птицы, зерна рисовой крупы полностью набухшие, сохранившие форму, легко отделяющиеся друг от друга;

Цвет птицы – светло-кремовый с золотистым оттенком, риса – светло-оранжевый;

Вкус, запах – характерный для тушеной птицы с рисом и специями;

Консистенция птицы – мягкая, сочная, риса – рассыпчатая.

5.2 Микробиологические и физико-химические показатели :

По микробиологическим и физико-химическим показателям данное блюдо соответствует требованиям технического регламента Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции»(ТР ТС 021/2011)

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ

Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность, ккал		Витамины, мг		Минеральные вещества, мг					
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Mg	P	Fe
17,8	13,7	27,32	304	0,08	10,1	0,22	4,38	36,6	36	186,6	11,95

Каша рассыпчатая

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № №17 Каша рассыпчатая

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта разработана в соответствии ГОСТ 31987-2012 и распространяется на блюдо Каша рассыпчатая вырабатываемое объектом общественного питания.

2. ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда должны соответствовать требованиям действующих нормативных документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.)

3. РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов				
	1 порция				
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г
КРУПА гречневая	60,6	60,6	72,2	72,2	80,8
*** или ячневая	48,5	48,5	58,2	58,2	64,6
*** или пшеничная	58,2	58,2	51,8	51,8	77,6
***или пшено					
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7
ВЫХОД:		150		180	200

4. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Крупу засыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности. При отпуске кашу поливают растопленным прокипяченным сливочным маслом.

5. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Подача: Блюдо готовят по заказу потребителя, используют согласно рецептуре основного блюда. Срок хранения и реализации согласно СанПин2.3.2.1324-03, СанПин2.3.6.1079-01 Примечание: технологическая карта составлена на основании акта проработки.

6. ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо разваренные, хорошо отделяются друг от друга

Консистенция: мягкая, рассыпчатая

Цвет: каши гречневой – от светло-коричневого до коричневого, ячневой – сероватый, пшеничной – желтовато-серый

Вкус: умеренно соленый

Запах: каши из данного вида крупы с маслом

6.2 Микробиологические и физико-химические показатели :

По микробиологическим и физико-химическим показателям данное блюдо соответствует требованиям технического регламента Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции»(ТР ТС 021/2011)

7. ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витам	
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C
гречневая										
150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	0,00
180	8,95	6,73	43,00	276,53	15,57	81,00	250,2	4,73	0,22	0,00
200	9,94	7,48	47,78	307,26	17,30	90,00	278,0	5,26	0,24	0,00
ячневая										
150	4,79	4,26	30,83	187,02	39,14	0,02	168,0	0,83	0,09	0,00
180	5,74	5,11	36,99	224,42	46,96	0,02	201,6	0,99	0,11	0,00
200	6,38	5,68	41,10	249,36	52,18	0,02	224,0	1,10	0,12	0,00
пшеничная										
150	6,60	4,38	35,27	213,71	1,22	0,03	162,0	2,43	0,11	0,00
180	7,92	5,26	42,32	256,45	1,46	0,04	194,4	2,92	0,13	0,00
200	8,80	5,84	47,02	284,94	1,62	0,04	216,0	3,24	0,14	0,00
пшеничная										
150	6,60	5,72	37,88	229,50	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00
180	7,92	6,86	45,45	275,40	19,96	56,81	161,32	1,85	0,20	0,00
200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00

Инженер-технолог:

Технологическая карта № 18

Наименование изделия: Каша перловая рассыпчатая

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных организаций.

Наименование сырья	Расход сырья		Химический состав,г				
	Брутто,г	Нетто,г	Белки,	Жиры,г	Углеводы,г	Ккал	Вит.С, мг
Крупа перловая	33	33					
Вода	80	80					
Масса каши	-	96					
Масло сливочное	5	5					
Итого			3,0	4,49	20,9	139,44	0

Выход:100

Технология приготовления:

Подготовленную перловую крупу засыпают в кипящую воду, варят 30 минут, после чего воду сливают, добавляют кипящую воду по рецептуре и варят до загустения при слабом кипении, Добавляют половину растопленного масла, перемешивают, закрывают крышкой и уваривают до готовности на водяной бане при температуре 100 С или в жарочном шкафу при температуре 140 С, затем взрыхляют, добавляют растопленное масло, проваривают еще 5 минут.

Температура подачи: 65 С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: каша выложена на тарелку горкой, сохраняет форму. Крупины легко отделяются друг от друга, полностью проварены, но не деформированы.

Технологическая карта № 19**Наименование изделия: Суп молочный с крупой****Номер рецептуры: 43****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	135	135	180	180
Вода	23	23	30	30
Крупа рисовая, манная, кукурузная, хлопья овсяные «Геркулес»	9	9	12	12
Или ячневая, гречневая, перловая, пшено	12	12	16	16
Сахар	1,5	1,5	2	2
Масло коровье сладкосливочное	0,75	0,75	1	1
Выход		150		200

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,32	4,97	13,71	117	149,81	0,17	0,05	0,07	0,88

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,76	6,63	18,28	156	199,75	0,22	0,07	0,09	1,17

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек. Дробленные крупы, хлопья овсяные «геркулес» не промывают.

Рисовую, гречневую крупу, хлопья Геркулес варят в подсоленной воде до полуготовности 10-15 минут, затем добавляют горячее молоко, кладут соль, сахар и варят до готовности.

Манную крупу предварительно просеивают, подсушивают, всыпают в кипящую смесь молока и воды, кладут соль, сахар и варят 5-7 минут до готовности. Готовый суп заправляют растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: Крупа хорошо набухла, не разварена.

Консистенция: круп мягкая, супа - жидкая.

Цвет: белый.

Вкус: сладковатый.

Запах: кипяченого молока.

Технологическая карта № 20**Наименование изделия: Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной****Номер рецептуры: 27****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Варка бульона				
Говядина 1 категории бескостная	14	13	18	16
Или говядина 1 категории на костях	18	13	22	16
Морковь				
До 1 января	3,04	2,4	3,8	3
С 1 января	3,2	2,4	4	3
Лук репчатый	1,9	1,6	2,4	2
Вода	250	250	313	313
Выход бульона		200		250
Варка супа				
Свекла				
До 1 января	40	32	50	40
С 1 января	43	32	53	40
Капуста свежая	20	16	25	20
Картофель				
с 01.09-31.10	21	16	27	20
с 31.10-31.12	23	16	29	20
с 31.12-28.02	25	16	31	20
с 29.02-01.09	27	16	33	20
Морковь				
До 1 января	13	10	16	13
С 1 января	14	10	17	13
Лук репчатый	5	4	6	5
Масло коровье сладкосливочное	3	3	4	4

Лимонная кислота	0,2	0,2	0,25	0,25
Сахар	2	2	2,5	2,5
Бульон или вода	40	150	188	188
Выход		200		250
Говядина отварная		8		10
Сметана с м. д.ж. не более 15%	6	6	7	7
Выход супа с мясом и со сметаной		200/8/5		250/10/6

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,82	4,79	7,83	93,69	34,54	0,87	0,04	0,02	7,8

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,52	5,98	9,78	117	43,14	1,09	0,05	0,03	9,74

Технология приготовления

Мясо дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими

партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куса на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, раствор лимонной кислоты, сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом и со сметаной.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части борща овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель - брусочками).

Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая - упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: малиново - красный, жира на поверхности - оранжевый.

Вкус: кисло - сладкий, умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куса на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, раствор лимонной кислоты, сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом и со сметаной.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части борща овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель - брусочками).

Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая - упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: малиново - красный, жира на поверхности - оранжевый.

Вкус: кисло - сладкий, умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

Технологическая карта № 21**Наименование изделия: Соус красный основной****Номер рецептуры: 228****Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /**
Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная	2,3	2,3	3	3
Масло коровье сладкосливочное	1,5	1,5	2	2
Томатное пюре	1,4	1,4	2	2
Лук	2,8	2,3	4	3
Морковь				
До 1 января	8,8	7	12,5	10
С 1 января	9,3	7	13,3	10
Бульон или вода	35	35	50	50
Выход		35		50

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,48	1,37	2,16	21,7	0	0,27	0,01	0,07	0

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,69	1,95	3,09	31	0,01	0,1	0	0	0,39

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Нарезанные лук, морковь пассеруют с жиром, добавляют томатное пюре и продолжают пассерование еще 10-15 мин.

Просеянную пшеничную муку пассеруют при температуре 150-160°C, периодически помешивая, в наплитной посуде или на противне в жарочном шкафу слоем не более 4 см до приобретения светло-коричневого цвета.

Охлажденную до 70-80° С мучную пассеровку разводят теплым бульоном или водой в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящий бульон или воду, затем добавляют пассерованные с томатным пюре овощи и при слабом кипении варят до готовности. В конце варки добавляют соль, специи. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и вновь доводят до кипения.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса.

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: кремовый.

Вкус: умеренно соленый, томатной пасты, лука и моркови.

Запах: овощей в сочетании с томатной пастой.

Технологическая карта №22

Фарш мясной с соусом

Сборник рецептов кулинарных изделий и блюд.-М.: Цитадель-трейд, С23, 2003. – 752 с.

Рецепт № 9.150

№	Продукты	Масса, г	
		Брутто	Нетто
	Говядина(котлетное мясо)	106	78
	Жир животный топленый пищевой	8	8
	Лук репчатый	10	8
	Мука пшеничная	5	5
	Сметана	20	20
	Бульон	75	75
	Масса готового фарша с соусом	—	150
	Гарнир №11.7	—	150
	Выход :	—	300

Технология приготовления.

В измельченное мясо на мясорубке кладут соль, перец, перемешивают и обжаривают с жиром, периодически помешивая. За 10-15 мин до готовности добавляют нашинкованный репчатый лук и продолжают жарить. Перед окончанием жарения добавляют подсушенную муку и перемешивают, чтобы не образовалось комков. Полученную массу перекладывают в посуду, заливают бульоном, добавляют сметану и тушат до готовности.

Технологическая карта № 23

Наименование изделия: Суп – лапша с курицей

Номер рецептуры: 86

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1-3 года		3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Варка бульона				
Куры 1 категории потрошенные охлажденные	27	25	36	34
или цыплята-бройлеры 1 категории потрош., охлажд	25	23	33	31
или грудка куриная	23	21	31	29
Вода			100	175
Лук	2,0	3,5	1,7	2,97
Морковь	2,1	3,67	2,0	3,0
с 01.01	2,6	4,0	2,0	3,0
Соль	0,7	1,1	0,7	1,1
Лапша				
Мука пшеничная	10,5	10,5	17,5	17,5
Мука на подпыл		1		2
Яйца	1/13	3	1/8	5
Вода или молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	2,1	2,1	3,5	3,5
Соль	0,18	0,18	0,3	0,3
ВЫХОД С мясом птицы		150		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества, г				Витамин С, мг
Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	
19,4	5,9	91,46	496,65	-
32,39	9,84	152,44	827,75	-

Технология приготовления

Тушки птицы промывают проточной водой и укладывают разрезом вниз для стекания воды. Для обработки сырой птицы выделяют отдельные столы, разделочный и производственный инвентарь.

Варка бульона: подготовленные тушки птицы кладут в горячую воду (2—2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанные морковь, лук, соль, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порции.

Лапша : в холодную воду вводят сырые яйца, соль, перемешивают, добавляют муку и замешивают крутое тесто, которое выдерживают 20-30 минут для того, чтобы оно лучше раскатывалось. Куски готового теста кладут на стол, посыпанный мукой, и раскатывают в пласт толщиной 1-1,5 мм и подсушивают. Пересыпанные мукой пласты складывают один на другой, нарезают их на полоски шириной 35-45 мм, которые, в свою очередь, режут поперек полосками шириной 3-4 мм или соломкой.

Лапшу раскладывают на посыпанные мукой столы слоем не более 10 мм и подсушивают 2-3 часа при температуре 40-45 °С.

В кипящий бульон добавляют подготовленную лапшу и варят до готовности.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа лапша сохранила форму

Консистенция: лука - мягкая; лапши - хорошо набухшая, мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности светло-оранжевый

Суп вермишелевый с мясом

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 24

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта разработана в соответствии ГОСТ 31987-2012 и распространяется на блюдо Суп лапша с мясными фрикадельками вырабатываемое объектом общественного питания.

ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда должны соответствовать требованиям действующих нормативных документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.)

3. РЕЦЕПТУРА

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав			Энергетическая ценность
	брутто	нетто	Б	Ж	У	ккал
Макаронные изделия	20	20				
Морковь	10	8				
Лук репчатый	5	4				
Масло сливочное	2	2				
Уксус или вода	140	140				
Марш для фрикаделек:						
говядина (котлетное мясо)	39	29				
лук репчатый	3	2.5				
яйцо	1/20 шт.	2				

вола для фарша
Масса полуфабриката
Масса готовых фрикаделек
ИТОГО

3

3

34

25

Выход: 250/25.

8.5

10.45

15.1

179.8

4. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

В кипящий бульон (воду) кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками. Добавляют припущенную со сливочным маслом морковь, бланшированный и пассерованный репчатый лук. Варят до готовности. Добавляют соль. Фрикадельки припускают в небольшом количестве воды до готовности и хранят и бульоне, перед отпуском еще раз доводят до кипения.

При отпуске в тарелку кладут горячие фрикадельки и наливают суп. Фрикадельки. Мясо измельчают 2-3 раза на мясорубке, добавляют мелко рубленый бланшированный лук. яйцо, соль, воду, массу тщательно перемешивают, формируют шарики массой 7—9 г.

РЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

одача: Блюда готовят по заказу потребителя, используют согласно рецептуре основного блюда. Срок хранения и реализации согласно СанПин 2.3.2.1324-03, СанПин 2.3.6.1079-01 Примечание: технологическая карта составлена на основании акта проработки.

емпература подачи — 65 °С.

ОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

1 Органолептические показатели качества:

ет блесок жира на поверхности — светло-желтый, фрикаделек — серый. Бульон прозрачный, овощи должны сохранять форму нарезки, консистенция овощей мягкая, фрикаделек — рыхлая. Вкус и аромат свежесваренного мяса и овощей.

ешний вид — Характерный данному блюду.

Цвет — Характерный для входящих в состав изделия продуктов.

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

6.2 Микробиологические и физико-химические показатели :

По микробиологическим и физико-химическим показателям данное блюдо соответствует требованиям технического регламента Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции»(ТР ТС 021/2011)

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ

Белки, г Жиры, г Углеводы, г Калорийность, ккал (кДж)
8.5 10.45 15.1

179.8

Технологическая карта № 24

Наименование изделия: Суп гороховый с гренками (на мясном б-не)

Номер рецептуры: №81

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	брутто, г		нетто, г	
	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Картофель	40	67	30	50
Молодой	37	62	30	50
с 01.11-31.12	43	71	30	50
с 01.01-28.02	46	77	30	50
с 01.03	50	83	30	50
Фасоль, горох	12,1	20,2	12	20
Лук	7,2	10	6	10
Морковь	9,6	16	7,5	12,5
с 01.01	10	17	7,5	12,5
Масло растительное	3	5	3	5
Бульон или вода для бульона			100	175
Соль	0,7	1,1	0,7	1,1
Гренки				
Хлеб пшеничный	15	15	10	10
ВЫХОД:			150	250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Витамин С, мг
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	
3,29	3,07	9,79	81	3,48
5,49	5,27	16,32	135	5,81

Технология приготовления: картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку – мелкими кубиками, лук мелко рубят. Подготовленную фасоль или горох кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные морковь и лук и варят до готовности.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа – картофель, нарезанный кубиками или дольками, горох или фасоль – в виде целых, не разваренных зерен.

Консистенция: картофель и бобовые – мягкие, горох лущеный пюреобразный, соблюдается соотношение жидкости и плотной части супа

Цвет: светло-желтый – супа горохового, светло-коричневый – супа фасолевого

Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху или фасоли

Запах: продуктов, входящих в суп

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 25

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СУП РИСОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ и томатной пастой (харчо)**

Номер рецептуры: 204

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 86

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина б/к	32,4	31	24,3	22,2
Картофель молодой до 1 сент.	80	60	100	75
***с 1 сентября по 31 октября	85,7	60	107,1	75
***с 1 ноября до 31 декабря	92,3	60	115,3	75
***с 1 января по 28-29 февраля	100	60	125	75
***с 1 марта	80	60	100	75
Крупа рисовая	4,8	4,8	6	6
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Томатная паста (25%)	4,8	4,8	6	6
Вода	150	150	188	188
ВЫХОД:	200/20		250/15	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
200/20	7,18	2,94	11,76	102,26	21,01	25,93	95,87	1,18	0,10	6,70	0,00
250/15	6,18	3,30	14,65	113,00	24,98	29,45	96,93	1,24	0,11	8,33	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут нарезанный брусочками картофель, после закипания закладывают подготовленную крупу, варят 10-15 минут, добавляют пассерованные с томатной пастой морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания процесса варки добавляют соль, специи. Говядину отваривают отдельно и при отпуске кладут в каждую тарелку.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель, овощи и рисовая крупа

Консистенция: овощи и картофель мягкие, крупа мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

Цвет: супа – золотисто-красный, жира на поверхности –оранжевый

Вкус: умеренно соленый, свойственный картофелю, овощам и мясу

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 26 Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) на мясном бульоне

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта разработана в соответствии ГОСТ 31987-2012 и распространяется на блюдо Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) на мясном бульоне вырабатываемое объектом общественного питания.

ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда должны соответствовать требованиям действующих нормативных документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.)

3. РЕЦЕПТУРА

Норма расхода продуктов на 1 порцию

Наименование продукта	Масса нетто 100 г	Масса нетто, г
Капуста белокачанная очищенная полуфабрикат	16	16
или Капуста белокачанная свежая	20	16
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	8	8
или Картофель свежий продовольственный	10	8
Крупа Перловая	4	4
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	5	5
или Морковь столовая свежая	6,25	5
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4
или Лук репчатый свежий	4,8	4
Масло растительное	2	2
Бульон мясной	75	75
Соль обогащенная с пониженным содержанием натрия	0,24	0,24
Уксуса 15%	2	2
Лимонидоры	4,4	3,7
Петрушка (зелень)	1,4	1
Итого:	—	100

4. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Крупу пшено промывают сначала в теплой, затем в горячей воде, закладывая в кипящую воду (3 л на 1 кг крупы) и варят до полуготовности, воду сливают. Овощи промывают в проточной воде не менее 5 минут. Картофель свежий очищенный (полуфабрикат сульфитированный) помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течение 5-7 минут, отвар сливают.

Подготовленный картофель нарезают брусочками или дольками. Морковь, лук нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного в течение 10-20 мин.

В кипящую воду кладут подготовленную крупу, капусту белокочанную свежую, нарезанную шашечками, картофель и варят после закипания на медленном огне до готовности. За 5-7 мин до окончания варки кладут припущенные овощи, помидоры нарезанные дольками. Готовый суп заправляют прокипяченной сметаной, добавляя зелень петрушки мелкошинкованную и вновь доводят до кипения.

РЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Иодача: Блюдо готовят по заказу потребителя, используют рецептуре основного блюда. Срок хранения и реализации согласно СанПин2.3.2.1324-03, СанПин2.3.6.1079-01 Примечание: технологическая карта составлена на основании акта проработки.

температура подачи: 70±5°C.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

1 Органолептические показатели качества:

внешний вид — Характерный данному блюду.

Цвет — Характерный для входящих в состав изделия продуктов.

кус и запах — Характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов и запахов.

2 Микробиологические и физико-химические показатели :

о микробиологическим и физико-химическим показателям данное блюдо соответствует требованиям технического регламента Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции»(ТР ТС 021/2011)

ИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ

энергетическая ценность (ккал) 72,87