Дошкільний навчальний заклад (ясла-садок) №45 "Теремок"
Черкаської міської ради

Виконання норм харчування дітей в закладах дошкільної освіти

Сестра медична старша
Наталія Костянтинівна Вернигор

Норми споживання продуктів харчування на тиждень на одну дитину

Назва продукту харчування	Маса нетто однієї порції			Кількість порцій на тиждень	Маса нетто порції на тиждень		
	1—4	3—4	4—6 (7)		1—4	3—4	4—6 (7)
Овочі (крім картоплі)	60 г	60 г	80 г	15	900 г	900 г	1200 г
Фрукти та ягоди (свіжі або заморожені)	60 г	60 г	80 г	10	600 г	600 г	800 г
Соки	120 мл	120 мл	180 мл	2	240 мл	240 мл	360 мл
Фрукти та ягоди сушені	20 г	20 г	25 г	3	60 г	60 г	75 г
Злакові, бобові, зернові	80 г	80 г	100 г	15	1200 г	1200 г	1500 г
Картопля	80 г	80 г	100 г	4	1200 г	1200 г	1500 г
Хліб	30 г	30 г	30 г	10	300 г	300 г	300 г
Риба	40 г	40 г	60 г	2	80 г	80 г	120 г
Птиця	45 г	45 г	60 г	6	270 г	270 г	360 г
Свинина, телятина, яловичина	45 г	45 г	60 г	2	90 г	90 г	120 г
Яйця курячі	1 шт	1шт	1 шт	2	2 шт	2 шт	2 шт
Масло вершкове не менше 72%-вої жирності	2 г	2 г	2,5 г	15	30 г	30 г	37,5 г
Рослинна олія на сніданок і вечерю	4 г	4 г	4,5 г	10	40 г	40 г	45 г
Рослинна олія на обід	5 г	5 г	5,5 г	5	25 г	25 г	27,5 г
Сіль	0,7 г	0,7 г	1 г	15	10,5 г	10,5 г	15 г
Какао	5 г	5 г	6 г	2	10 г	10 г	12 г
Чай	0,2 г	0,2 г	0,3 г	2	0,4 г	0,4 г	0,6 г
Молоко, молочні продукти (сніданок, вечеря) 2 рази на день				10	Можна розподілити порції так		
Молоко	150 мл	150 мл	200 мл	3	450 мл	450 мл	600 мл
Йогурт	100 мл	100 мл	125 мл	1	100 мл	100 мл	125 мл
Кефір	100мл	100мл	125 мл	1	100 мл	100 мл	125 мл
Сир кисломолочний	100 г	100 г	125 г	1,5	150 г	150 г	187 г
Сир твердий	10 г	10 г	15 г	1,5	15 г	15 г	22,5 г
Сметана	15 г	15 г	25 г	2	30 г	30 г	50 г
Молочні продукти (обід) 2 рази на тиждень				2	Можна розподілити порції так		
Сир твердий	10 г	10 г	15 г	1	10 г	10 г	15 г
Сметана	15 г	15 г	25 г	1	15 г	15 г	25 г
Цукор	0	сніданок — 7,5 г обід — 10 г вечеря — 7,5 г	сніданок — 7,5 г обід — 10 г вечеря — 7,5 г	15	0	сніданок — 37,5 г обід — 50 г вечеря — 37,5 г	сніданок — 37,5 г обід — 50 г вечеря — 37,5 г

Хлібці курячі з вершковим маслом

Технологічна карта №71: «Хлібці курячі з вершковим маслом»

Назва сировини	Маса брутто		Маса нетто		Відходи, %
	ясла	сад	ясла	сад	
Філе курячі	36,4	47	35	45	4
Батон пшеничний	8	10,4	8	10,4	
Яйця курячі	5	6,5	5	6,5	
Пшеничне борошно	3,5	4,6	3,5	4,6	
Масло вершкове	1,8	2,0	1,8	2	
Вода питна	11,5	15	11,5	15	
Сіль йодована	0,5	0,6	0,5	0,6	
Маса напівфабрикату	63	**80**	63	80	
Олія соняшникова	3,5	3,5	3,5	3,5	
Маса запечених хлібців			**50**	**65**	
Масло вершкове			**1,5**	**2,0**	
Вихід страви			**50/1,5**	**65/2,0**	

Хімічний склад, г						*Енергетична цінність Ккал*	
білки		жири		вуглеводи			
ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	*сад*
9,5	**10,2**	**11,49**	**13,49**	**4,84**	**5,64**	**156,0**	**175,0**

Вимоги до якості:

— Консистенція – м'яка та соковита.
— Колір – властивий.
— Смак – вміру солоний.
— Запах – властивий, без сторонніх запахів.

Технологія приготування:

1. Філе куряче пропускають через м'ясорубку разом із підготовленим, попередньо намоченим у воді хлібом цільнозерновим.
2. Отриману масу солять, ретельно вимішують, пропускають ще раз через м'ясорубку.
3. Вводять розм'якшене вершкове масло, ясчні жовтки та всю масу вибивають.
4. Потім при обережному помішуванні вводять збиті ясчні білки.
5. Одержану масу викладають у змазані маслом форми збризкують водою та запікають. Перед подачею вироби нарізають на порції, гарнірують, поливають вершковим маслом.

Ротіні з овочами

Технологічна карта № 120 «Ротіні з овочами»

Назва сировини	Маса брутто		Маса нетто		Відходи, %
	ясла	сад	ясла	сад	
Макаронні вироби	28	35	28	35	
Вода	80	100	80	100	
Петрушка корінь	4,5	4,5	3,5	3,5	25
Цибуля ріпчаста	9,5	9,5	8	8	16
Томатне пюре	7,5	7,5	7,5	7,5	
Олія кукурудзяна	1,5	1,5	1,5	1,5	
Сіль йодована	0,24	0,3	0,24	0,3	
Маса готових овочів			25	25	
Вихід:			**80/10**	**100/25**	

Хімічний склад, г						*Енергетична цінність Ккал*	
білки		жири		вуглеводи			
ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	*сад*
3,0	**3,77**	**0,14**	**0,18**	**10,58**	**12,25**	**107,8**	**128,94**

Технологія приготування:

1. Макаронні вироби готують зливним способом.
2. Підготовлені макарони, кладуть у киплячу підсолену вод (на 1 кг. макаронних виробів 5-6л. води і 50г. солі), варят періодично помішуючи, до готовності (30-40 хв.).
3. Овочі нарізають дрібними кубиками, злегка пасерують додають томатну пасту і пасерують 2-3 хв., додають вод перемішують і тушкують овочі (4-5 хв.) до повної готовності.
4. Зварені макаронні вироби відкидають на сито (друшляк дають стекти відвару, поміщають в посуд із соусом перемішують дерев'яною веселкою, щоб вони склеювалися і не утворювали грудки.

Вимоги до якості:

— Зовнішній вигляд – вироби зберегли форму.
— Смак і запах – властиві готовій страві із данного виду макаронних виробів, із помірно солоним смаком.
— Колір – біло-кремовий.
— Консистенція – м'яка.

Фузіллі з твердим сиром

Технологічна карта № 119 «Фузіллі з твердим сиром»

Назва сировини	Маса брутто		Маса нетто		Відходи, %
	ясла	сад	ясла	сад	
Макаронні вироби	28	35	28	35	
Вода	80	100	80	100	
Масло вершкове	1,5	1,5	1,5	1,5	
Сіль йодована	0,24	0,3	0,24	0,3	
Сир твердий	10,3	15,4	10	15	
Вихід страви			**80/10**	**100/15**	

Хімічний склад, г						*Енергетична цінність Ккал*	
білки		жири		вуглеводи			
ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	*сад*
5,48	**7,512**	**3,93**	**5,27**	**19,13**	**19,31**	**126,01**	**162,91**

Технологія приготування:

1. Макаронні вироби готують зливним способом.
2. Підготовлені макарони, локшину, вермішель або інші макаронні вироби кладуть у киплячу підсолену воду (на 1 кг. макаронних виробів 5-6л. води і 50г. солі), варять, періодично помішуючи, до готовності.
3. Макарони варять 30-40 хв., вермішель - 10-15 хв., локшину - 25-30 хв.
4. Зварені макаронні вироби відкидають на сито (друшляк), дають стекти відвару, поміщають в посуд з розтопленим маслом і перемішують дерев'яною веселкою, щоб вони не склеювалися і не утворювали грудки.
5. Підготовлений твердий сир натерти на дрібний тертушці, змішати із готовими макаронами.

Вимоги до якості:

— Зовнішній вигляд – прозорий, розлитий у склянки;
— Смак та запах – властиві ягодам;
— Колір – від рожевого до червоного;
— Консистенція – рідка.

Шніцель з індички

Технологічна карта №66: «Шніцель з індички»

Назва сировини	Маса брутто		Маса нетто		Відходи, %
	ясла	сад	ясла	сад	
Філе індички	51,75	62,1	50	60	4
Панірувальні сухарі	7,5	9,0	7,5	9,0	
Яйце куряче	4,5	5,4	4	4,8	13
Молоко	2,5	3,0	2,5	3,0	
Крохмаль кукурудзяний	2,5	3,0	2,5	3,0	
Лимонний сік	0,5	0,6	0,5	0,3	
Олія соняшникова для деко	0,7	0,9	0,7	0,9	
Маса напівфабрикату			**58,5**	**78,0**	
Вихід страви:			**50**	**60**	

Хімічний склад, г						*Енергетична цінність Ккал*	
білки		жири		вуглеводи			
ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	*сад*
10,5	**12,2**	**4,89**	**5,9**	**8,5**	**10**	**111,04**	**127,25**

Технологія приготування:

1. Філе індички зачищають, порціонують, відбивають, додають сіль, перець.
2. Яйця взбивають в піну та додають молоко, обвалюють філе в молочно-яєчній суміші та панірують філе в крохмалі з сухарями.
3. Запікають в духовій шафі за температури 180°С протягом 20 хв. (до готовності). Готову страву збризгують лимонним соком перед подачею.

Вимоги до якості:

— Консистенція м'яса – м'яка та соковита.
— Колір – властивий.
— Смак – вміру солоний, соусу - томатний.
— Запах – властивий, без сторонніх запахів.

Сирники з родзинками і ягідним кюлі

Технологічна карта № 97: «Сирники із родзинками і ягідним кюлі»

Назва сировини	Маса брутто		Маса нетто		Відходи, %
	ясла	сад	ясла	сад	
Сир кисло-молочний, 5% жирності	90	112	89	111	
Крупа манна	2,5	3	2,5	3	
Молоко нормалізоване або рослинне білкове, або вода	4,5	5,5	4	5	13
Яйце куряче	13	16	13	16	
Цукор	3	3,5	3	3,5	
Масло вершкове	15	20	15	20	
Вихід сирників:			**105**	**120**	
Ягідне кюлі					
Ягоди с/м або свіжі	25,0	25,0	25,0	25,0	
Цукор пісок	2,5	2,5	2,5	2,5	
Вода питна	5,0	5,0	5,0	5,0	
Вихід соусу:			**25**	**25**	
Вихід страви:					

Хімічний склад, г						*Енергетична цінність Ккал*	
білки		жири		вуглеводи			
ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад
18,37	**22,85**	**11,83**	**14,99**	**34,37**	**40,99**	**311,82**	**383,3**

Технологія приготування:

1. Пропустити через м'ясорубку сир, додають збиті яйця з цукром, борошно, підготовлені родзинки. Добре перемішують. З отриманої маси формують батончик товщиною 5-6 см, нарізають поперек на невеликі шматочки. Після цього їх панірують в решті борошна і обсмажують з обох боків на олії, та доводять до готовності в духовій шафі. Подають з ягідним кюлі.
2. Для приготування кюлі, свіжоморожені ягоди розморожують, одразу висипають в сотейник, додають цукор і ставлять на плиту. Коли ягоди закиплять, додають до них воду, при повторному закипанні зменшують температуру на 1 і уварюють рідину протягом 15-20 хв. Після цього перебивають/збивають блендером і протерти через сито, щоб виключити попадання кісточок і шкірок.

Вимоги до якості:

— Зовнішній вигляд – вироби округлої форми без тріщин.
— Смак та запах – в міру солоний, відчувається смак моркви та сиру.
— Колір – золотисто-білий.
— Консистенція – однорідна, пухка, соковита.

Пшоняна каша з гарбузем

Технологічна карта № 115 «Каша пшоняна з гарбузем»

Назва сировини	Маса брутто		Маса нетто		Відходи, %
	ясла	сад	ясла	сад	
Гарбуз свіжий	104	130	72	90	
Молоко нормалізоване	60	75	60	75	
Крупа пшоняна	14	17,5	14	17,5	
Цукор	2,0	2,5	2,0	2,5	
Сіль йодована	0,24	0,3	0,24	0,3	
Масло вершкове	2,0	2,5	2,0	2,5	
Вода	20	25	20	25	
Вихід страви:			**80**	**100**	

Хімічний склад, г						*Енергетична цінність Ккал*	
білки		жири		вуглеводи			
ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	*сад*
2.7	**3,4**	**3,6**	**4,5**	**12,9**	**16,1**	**99,84**	**124,8**

Технологія приготування:

1. Мякоть гарбуза розрізують на шматочки, складають у каструлю, заливають водою та молоком, доводять до кипіння, додають пшоно, цукор, сіль і варять під кришкою на слабкому вогні, періодично помішуючи до готовності.
2. При подаванні поливають вершковим маслом.

Вимоги до якості:

— Зовнішній вигляд – крупа зберегла форму, однорідна.
— Смак і запах – властиві готовій страві із данного виду крупи.
— Колір – жовто-гарячий.
— Консистенція – м'яка, однорідна, без грудочок.

Гратен “Зебра”

«Організація питання дітей шкільних учреждениях»,
А.С. Алексеєва, Л.В. Дружинина,
К.С. Лапова. Видання1990 р.

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач ЦДО № 45 _____

Технологічна карта **Гратен "Зебра"**(запіканка сирна з какао)

Асортимент	Назва продуктів та страв	Витрати продуктів та страв (г): Маса брутто			Маса нетто			Хімічний склад продуктів (г): Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність (ккал)			Технологічні вимоги до якості продуктів та страв
		Вікова група (роки)																		
		1-3	3-6	6-6(7)	1-3	3-6	6-6(7)	1-3	3-6	6-6(7)	1-3	3-6	6-6(7)	1-3	3-6	6-6(7)	1-3	3-6	6-6(7)	
№1 /3	Сир кисломолочний 9%	75,5	75,5	90,5	75,5	75,5	90,5	12,11	12,11	15,45	6,55	6,55	8,35	1,45	1,45	1,85	133,28	133,28	147,68	
III г	Крупа манна	8,5	8,5	10,5	8,5	8,5	10,5	0,88	0,88	1,08	0,09	0,09	0,11	7,77	7,77	7,13	37,88	37,88	34,44	
№1 /3	Яйцо вес 2,5%	41	41	52,5	41	41	52,5	1,16	1,16	1,48	1,03	1,03	1,31	1,94	1,94	2,48	31,12	31,12	37,39	
	Сахар	6	6	7,5	6	6	7,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,99	5,99	7,49	0,00	22,74	28,43	
II	Яйцо куриное	1/12	1/12	1/10	3,33	3,33	4	0,42	0,42	0,51	0,38	0,38	0,46	0,02	0,02	0,03	9,33	9,33	6,28	
№3	Масло сливочное 72%	2	2	2,5	2	2	2,5	0,02	0,02	0,02	1,45	1,45	1,81	0,03	0,03	0,03	13,23	13,23	16,53	

	Какао - порошок	2	2	2,5	2	2	2,5	0,48	0,48	0,61	0,35	0,35	0,44	0,07	0,07	0,09	7,84	7,84	9,80	
	Сок фруктовый	0,33	0,33	0,41	0,33	0,33	0,41	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	Масса полуфабриката				110	110	135													
	Итого	2	2	2,5	2	2	2,5	0,00	0,00	0,00	1,80	1,80	1,50	0,00	0,00	0,00	8,40	8,00	11,40	
	ВЫХОД				110	110	135	19,66	19,66	19,14	10,02	10,02	13,99	5,00	19,87	19,84	190,93	222,25	303,63	

Технологія приготування

Сир кисломолочний перетушувати через м'ясорубку, додавати манну крупу. В отриману масу поступово вливають розчинені з цукром (дітям шкільної категорії від 1-3 років) яєчні жовтки. Перемішують і збивають вінчиком в піну яєчні білки та 2/3 частини молока. Збиту масу кладуть на дві рівні частини. Одній половині решти молока до однорідної маси і додають в одну порцію частину. Вимішують на змащений олією лист порцію маси, поверхню білу так вилив, товщ. 2,5-3 см. Випікають в духовій шафі за температури 180-200 °С (30-40 хв). Охолоджують до 70°С та нарізають на порційні прямокутні, трикутні, ромбічні або прямокутні форми. Подають на мілкій закруглений тарілці при температурі60-65° С рівно із соусом.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд – порційні шматки квадратної, трикутної або прямокутної форми.
Колір – світлий – молочний, на розрізі – яскраво-шоколадний. **Смак і запах** – характерний для запіканки кисломолочного сиру з додаванням з какао.
Консистенція – м'яка, однорідна, однорідна.

Основні фізичні показники

Маса страви: 130 г ± 3 %
155г ± 3 %

СКЛАВ: сестра медична старша

_____ _____
(підпис) (ім'я, прізвище)

Товчанка

Завідувач ЗДО № 45

Технологічна карта № 121 «Товчанка»

Назва сировини	Маса брутто		Маса нетто		Відходи, %
	ясла	сад	ясла	сад	
Картопля	56,6	70,7	39,6	49,5	20
Квасоля	3,3	4,1	3,2	4,0	
Вода для варки квасолі	9,6	12,0	9,6	12,0	
Горох	3,3	4,1	3,2	4,0	
Вода для варки гороху	9,6	12,0	9,6	12,0	
Цибуля рінчаста	20,0	25,0	16,0	20,0	
Олія соняшникова	0,5	0,5	0,5	0,5	
Сіль йодована	0,24	0,3	0,24	0,3	
Кріп свіжий	0,4	0,5	0,4	0,5	
Вихід страви:			**80**	**100**	

Хімічний склад, г						*Енергетична цінність Ккал*	
білки		жири		вуглеводи			
ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	*сад*
1,44	**1,8**	**3,28**	**4,1**	**8,48**	**10,6**	**70,88**	**88,6**

Технологія приготування:

1. Горох та квасолю замочують на ніч у воді.
2. Цибулю нарізають дрібними кубиками, пасерують на олії.
3. Картоплю, квасолю та горох відварюють та перетирають на пюре, притрушують підготовленим і дрібно нарізаним свіжим кропом.
4. Всі інгредієнти змішують.

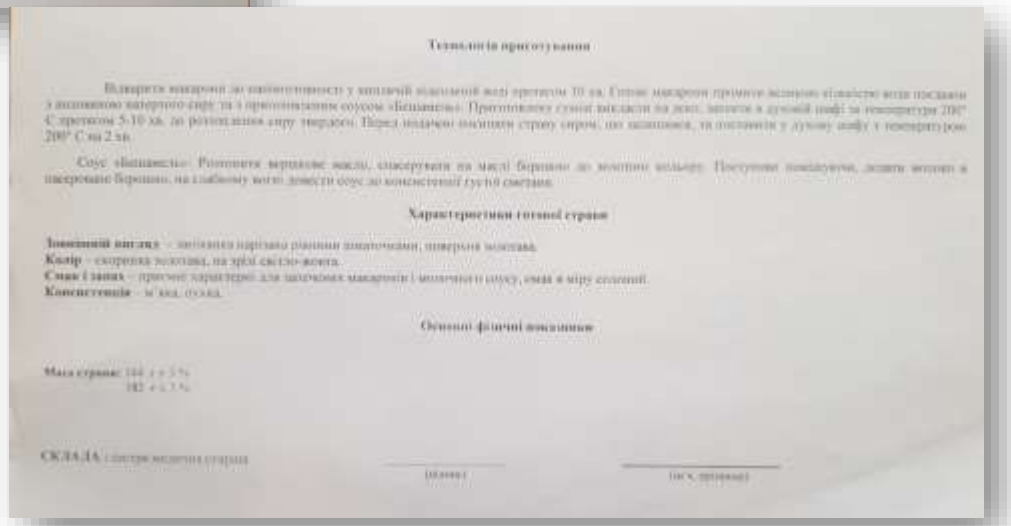
Вимоги до якості:

— Зовнішній вигляд – товчанку подають як гарнір і як окрему страву.
— Смак і запах – властиві готовій страві із помірно солоним смаком.
— Колір – біло-кремовий.
— Консистенція – м'яка, однорідна.

Мак енд чіз

ЗАТВЕРДЖУЮ

Технологічна карта **Мак енд чіз**



Технологія приготування

Відваріть макарони до напівготовності у киплячій підсоленій воді протягом 10 хв. Готові макарони промити великою кількістю води посадити з подвійною вагою сиру та з приготованим соусом «Бешамель». Приготовлену страву викласти на деко, запекти в духовій шафі за температури 200° С протягом 5-10 хв. до розплавлення сиру твердого. Перед подачею посипати страву сиром, що залишився, та поставити у духову шафу з температурою 200° С на 2 хв.

Соус «Бешамель»: Розтопити вершкове масло, спасерувати на маслі борошно до жовтого кольору. Поступово помішуючи, додати молоко в пасероване борошно, на слабкому вогні довести соус до консистенції густої сметани.

Характеристики готової страви

Зовнішній вигляд – запечена картопля рівними шматочками, поверхня золотава.
Колір – скоринка золотава, на зрізі свіжо-жовта.
Смак і запах – притаманні характерно для запечених макаронів і молочного соусу, сиру в міру солоний.
Консистенція – м'яка, пухка.

Основні фізичні показники

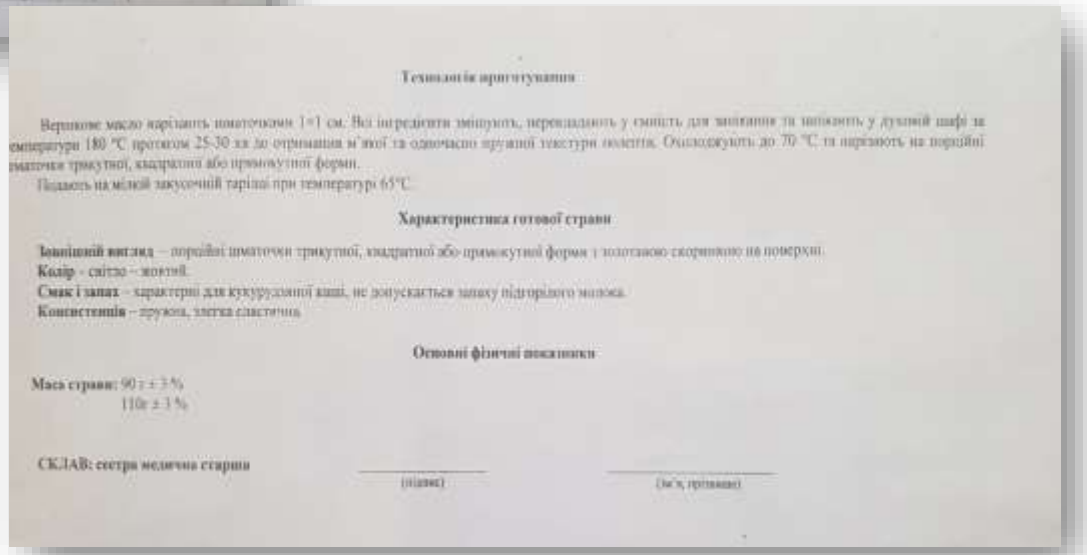
Маса страви: 164 г ± 5 %
182 г ± 5 %

СКЛАДА

Полента
(каша кукурудзяна запечена)

ЗАТВЕРДЖУЮ

Технологічна карта Полента (каша кукурудзяна запечена)



Технологія приготування

Вершкове масло нарізають шматочками 1×1 см. Всі інгредієнти змішують, перекладають у ємність для запікання та запікають у духовій шафі за температури 180 °С протягом 25-30 хв до отримання м'якої та одночасно пружної текстури полента. Охолоджують до 70 °С та нарізають на порційні шматочки трикутної, квадратної або прямокутної форми.

Подають на мілкій закусочній тарілці при температурі 65°С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд – порційні шматочки трикутної, квадратної або прямокутної форми з золотавою скоринкою на поверхні.
Колір – світло – жовтий.
Смак і запах – характерні для кукурудзяної каші, не допускається запаху підгорілого молока.
Консистенція – пружна, злегка еластична.

Основні фізичні показники

Маса страви: 90 г ± 3 %
110г ± 3 %

СКЛАВ: сестра медична старша _____ (підпис) _____ (ім'я, прізвище)

Львівський сирник з морквою

Завідувач ЗДО №45

Технологічна карта № 100: «Львівський сирник з морквою»

Назва сировини	Маса брутто		Маса нетто		Відходи, %
	ясла	сад	ясла	сад	
Сир кисломолочний, 5% жирності	60	72	60	72	
Яйце куряче	18	22	16	19	13
Борошно пшеничне в/г	3	4,1	3	4,1	
Сіль йодована	0,2	0,2	0,2	0,2	
Ванільний цукор	1	1,2	1	1,2	
Вершкове масло	2	2,8	2	2,8	
Крохмаль картопляний	4	4,3	4	4,3	
Цукор пісок	5	6,0	5	6,0	
Вершкове масло для форми	1	1,3	1	1,3	
Морква свіжа	36	36	30	36	
Вихід готової страви, г			**100**	**120**	

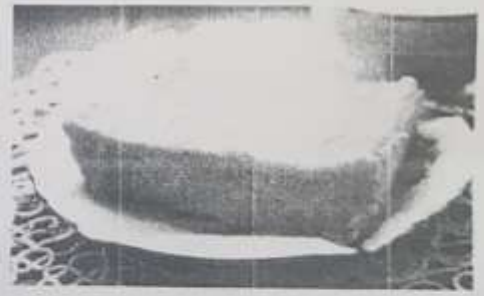
Хімічний склад, г						*Енергетична цінність Ккал*	
білки		жири		вуглеводи			
ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	*сад*
12,8	**15,3**	**9,9**	**11,9**	**15,0**	**18,0**	**201,9**	**242,3**

Вимоги до якості:

— Зовнішній вигляд – виріб спорційовано, має привабливий вигляд.
— Смак та запах – в міру солоний, відчувається смак моркви та сиру.
— Колір – золотисто-білий.
— Консистенція – однорідна, пухка, соковита.

Технологія приготування:

1. Сир кисломолочний подрібнюють блендером, змішують з цукром, збитими яйцями, натертою на терці моркву.
2. Додають крохмаль, борошно просіяне, сіль, вершкове масло.
3. Розподіляють масу в деко, змащене маслом, запікають при температурі 180°С протягом 30 хв.



Ризотто з зеленим горошком та твердим сиром

Вихорок 2 тиждень

«Щорічний реєстр страв для харчування дітей шкільного віку в організованих закладах та оздоровчих закладах».

ЗАТВЕРДЖУЮ

Технологічна карта

Ризотто з зеленим горошком та твердим сиром

Технологія приготування

Характеристика готової страви

Основні фактори показники

Нагетси особливі

Завідувач ЗДО №45

Технол..ічна карта №76: «Нагетси осі. ..ливі»

Назва сировини	Маса брутто		Маса нетто		Відходи, %
	ясла	сад	ясла	сад	
М'ясо яловиче 1-і категорії	76	95	57	74	39
Молоко нормалізоване	5,5	7	5,5	7	0
Часник свіжий	0,59	0,7	0,5	0,6	15
Сухарі пшеничні	6,5	8	6,5	8	
Олія соняшникова	3,0	3,5	3,0	3,5	15
Петрушка або кріп свіжі	1,01	1,35	0,75	1	
Масло вершкове	2	2	2	2	20
Вихід страви			**50/2**	**65/2**	

Хімічний склад, г						*Енергетична цінність Ккал*	
білки		жири		вуглеводи			
ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад
11,56	14,74	**7,0**	**8,3**	4,98	6,14	203,62	254,2

Технологія приготування:

1. Підготовлене м'ясо двічі пропускають через м'ясорубку, додають молоко, підготовлений та подрібнений часник, кропом або петрушкою, сіль і перемішують.
2. Після цього формують котлети - нагетси, продовговато-прямокутної форми по 1-2 шт. на порцію, панірують їх у сухарях, запікають в духовій шафі.
3. При відпуску поливають розтопленим вершковим маслом.

Вимоги до якості:

— Консистенція – м'яка та соковита.
— Колір – властивий.
— Смак – ніжно солоний.
— Запах – властивий, без сторонніх запах.

Фіш болі в томатному соусі

Технологічна карта Фіш болі в томатному соусі

Технологія приготування

Характеристика готової страви

Органолептичні показники

Фізико-хімічні показники

Чахохбілі з куркою

ЗАТВЕРДЖУЮ

Технологічна карта Чахохбілі з куркою

Рибні стіки з соусом рибним

«Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах», Є. Клопотенко. **Видання 2019 р.**

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач ЗДО № 45 «_____»

Технологічна карта **Рибні стіки з соусом рибним**

Назва сировини	Маса брутто		Маса нетто		Відходи, %
	ясла	сад	ясла	сад	
Хек потрошений б/г	48,6	68,9	42,3	59,9	15
Яйце куряче	4,0	5,6	4,0	5,6	13
Борошно пшенична	4,0	6,0	4,0	5,6	
Панірувальні сухарі	10,0	14,0	10,0	14,0	
Сіль йодована	0,1	0,2	0,1	0,2	
Вихід готових стіків:			**50**	**70**	
Соус рибний					
Морква свіжа	21,0	21,0	17,5	17,5	20
Цибуля річчаста	1,16	1,16	1,0	1,0	16
Вода			55	55	
Хребти риби	25	25	25	25	
Борошно пшеничне	1,7	1,7	1,7	1,7	
Масло вершкове	0,5	0,5	0,5	0,5	
Сіль йодована	0,1	0,1	0,1	0,1	
Олія соняшникова	0,5	0,5	0,5	0,5	
Вихід соусу, г			**25**	**25**	
Вихід страви,г			**50 /25**	**70 /25**	

Хімічний склад, г						*Енергетична цінність Ккал*	
білки		жири		вуглеводи			
ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад
11,77	**15,0**	**2,8**	**3,5**	**13,3**	**17,1**	**116,9**	**149,4**

Технологія приготування:

Рибу потрошену без голови пластують на чисте філе з шкірою.
Філе риби нарізають порційними шматками вагою в 30гр., солять, панірують в борошні, занурюють в збите яйце, панірують в сухарях, викладають на деко. Запікають протягом 20 хв. при температурі 180°С. Хребти, хвости риби обсмажують (не більше 1 хв.) на пательні з олією разом з цілою морквою та цибулею. Коли овочі набудуть золотистого кольору, додають воду. Варять доки рідина не випариться вдвічі. Проціджують бульйон. Варену моркву перетирають через сито та додають бульйон разом із сіллю. Окремо обсмажують борошно на вершковому маслі. Тонкою цівкою вводять бульйон, борошняну суміш, постійно помішуючи. Уварюють соус до згущення.

Вимоги до якості:

Зовнішній вигляд – стіки мають правильну форму. **Консистенція** – пружні та соковиті. **Колір** – ніжний кремовий. **Смак** – в міру солоний. **Запах** – властивий, без сторонніх запахів.

СКЛАЛА: сестра медична старша

_____ (підпис)

_____ (ім'я, прізвище)

Чілі кон карне з яловичиною

Технологічна карта №67.1: «Чілі кон карне з яловичиною»

Назва сировини	Маса брутто		Маса нетто		Відходи, %
	ясла	сад	ясла	сад	
М'ясо яловичини II категорії	81,4	96,6	59	70	38
Цибуля річчаста	9,0	10	8	9	16
Сіль йодована	0,5	0,6	0,5	0,6	
Олія соняшникова рафінована	3	5	3	5	
Квасоля відварена н/ф	72	86	72	86	
Томатний сік	29	35	29	35	
Вода питна	15	18	15	18	
Маса тушкованого м'яса			42,0	50	
Маса гарніру з овочами			108	130	
Вихід страви			**150**	**180**	

Хімічний склад, г						*Енергетична цінність Ккал*	
білки		жири		вуглеводи			
ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад
15,6	**18,7**	**13,9**	**16,7**	**17,78**	**21,3**	**251,2**	**301,5**

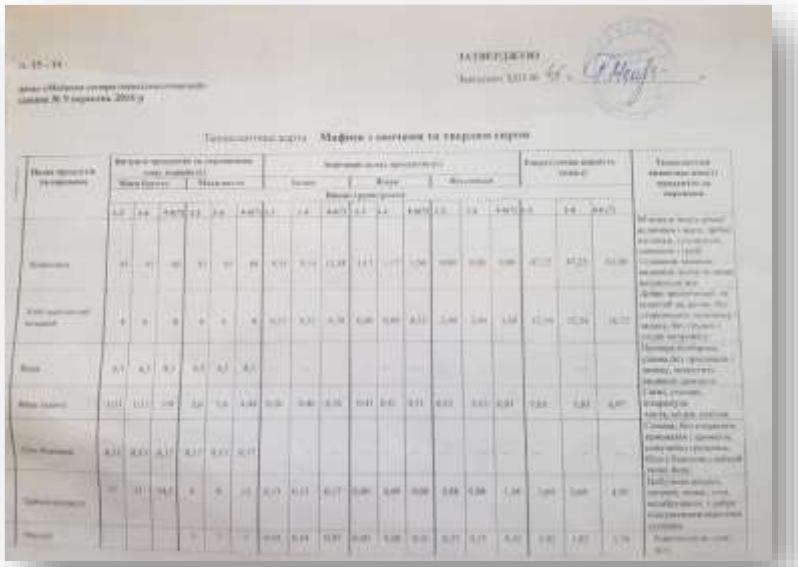
Технологія приготування:

1. Підготовлене м'ясо яловичини подрібнюють на м'ясорубці.
2. Цибулю нарізають кубиками та обсмажують з яловичиною на рослинній олії.
3. Додають до яловичини відварену квасолю, воду, томатний сік, сіль, **перець**. Тушкуємо 15-20 хвилин.

Вимоги до якості:

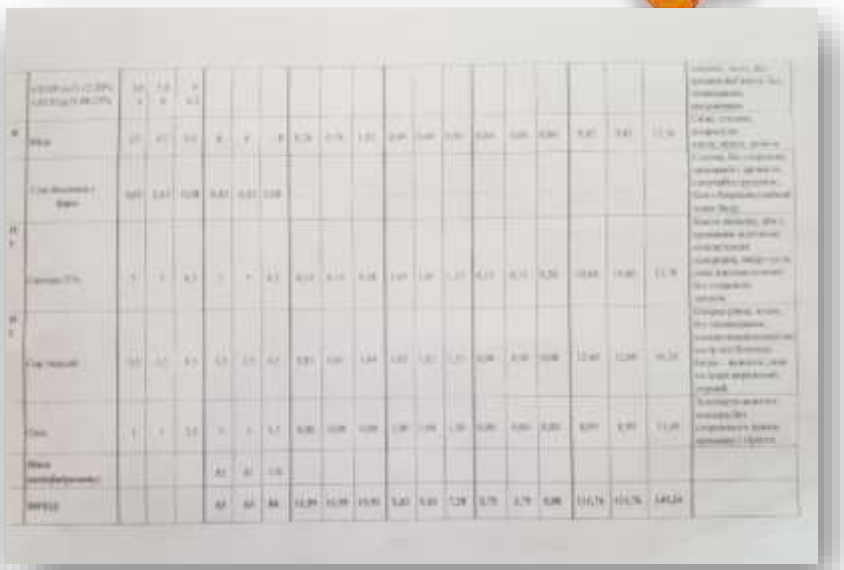
— Консистенція – м'яса – м'яка та соковита.
— Колір – властивий.
— Смак – вміру солоний, томатний.
— Запах – властивий, без сторонніх запахів

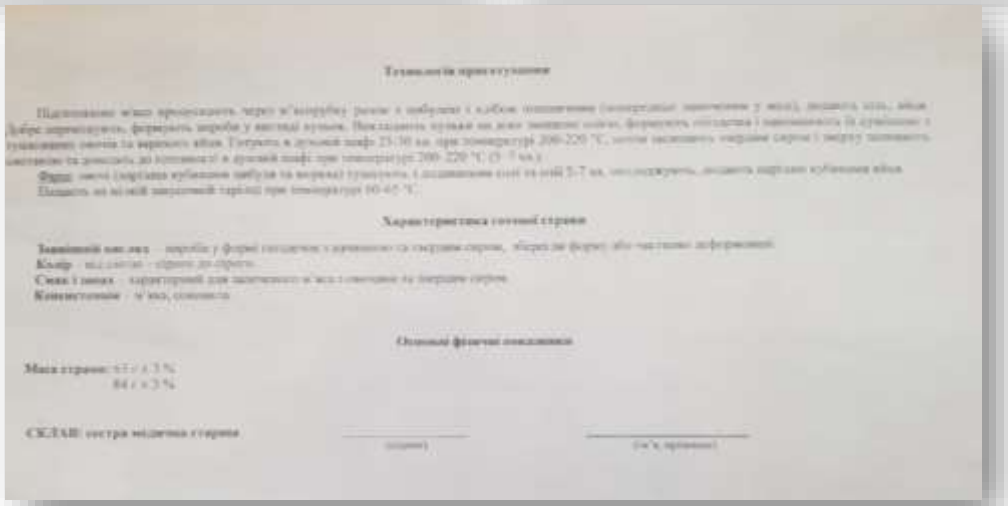
Мафіни з овочами та твердим сиром



ЗАТВЕРДЖЕНО

Технологічна карта **Мафіни з овочами та твердим сиром**





Технологія приготування

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд – виробу у формі солодкого з начинкою та посипом сиром, зверху не форму або частково деформований.
Колір – від світло- – сірого до сірого.
Смак і запах – характерний для запеченого з/з з овочами та твердим сиром.
Консистенція – м'яка, однорідна.

Основні фізичні показники

Маса страви: 81 г ± 3 %
84 г ± 3 %

СКЛАВ: сестра медична старша