

Административное общество
«Государственный
центр питания детей»

**НАБОР
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ КАРТ НА БЛЮДА ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ**

Холодные блюда

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 8.1

Наименование кулинарного изделия (блюда): Помидоры свежие

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Закладка продуктов в нетто и выход готового
блюда на 1 порцию

	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
--	-----------	------------	-----------------

Продукты

Помидор свежий парниковый или помидор

	50	60	70
--	----	----	----

свежий грунтовый

	50	60	70
--	----	----	----

Выход готовой продукции

Технология приготовления: вымыть, нарезать на порции.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг		Минеральные вещества, мг				Fe
	Б	Ж	У		B1C	A · E	Ca	Mg	P		
50	0,5	0,16	1,83	12	-	12,7 0,160,167	10	13,1			0,5
60	0,6	0,2	0,2	14,4	-	15,150,2 0,2	8,4	12	15,75		0,6

А. ценовое общество
А № 8.2 ударственный
комбинат питания»

КОМБИНАТ ПИТАНИЯ»

Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию

Технология приготовления: Огурцы промыть, удалить плодоножки, верхушки и нарезать на порции. Подавать к мясным или рыбным блюдам.

Пищевые					Витамины,		Минеральные					
Выход,	вещества, г			Энергетическая ценность,	мг		вещества, мг					
г	Б	Ж	У	ккал	В1	С	А	Е	Са	Mg	P	Fe
50	0,35	0,05	0,95	6	0,02	3,5	-	-	8,5	7	15	0,25
60	0,42	0,06	1,14	7	0,02	4,2	-	-	10,2	8,4	18	0,3
70	0,49	0,07	1,33	8	0,02	4,9	-	-	11,9	9,8	21	0,35

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 2.4

Акционерное общество
«Государственный
комбинат питания»

Наименование блюда: Гуляш из отварного мяса

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Говядина 1 кат. или мясо бескостное	73	81	89
варка крупным куском	45	50	55
Соль поваренная йодированная	0,8	0,9	1
Лук репчатый	12	14	15
Масло растительное рафинированное	4	4,7	4,7
Томатное пюре	10	11	12
Мука пшеничная 1 с.	3	3,7	4
Бульон мясной к-р N 1.0a	60	70	80
Масса полуфабриката	132	150	163
Выход готовой продукции	105 (45/60)	120 (50/70)	130 (55/75)

Технология приготовления: Подготовленное мясо отварить крупным куском. Лук нашинковать и пассировать с добавлением растительного масла. Отваренное мясо нашинковать соломкой по 20 - 30 г, залить мясным бульоном или кипяченой водой, добавить пассированную муку, томатное пюре и тушить в закрытой посуде. Затем добавить пассированный лук, соль и тушить еще 10 - 15 минут до готовности.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Пищевые				Энергетическая ценность, мг		Витамины,		Минеральные					
Выход, г	вещества, г			ккал		B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
105	14,1	15,7	3,3	210		0,1	10,9	0,7	0	24,5	24,3	181,4	1,2
120	15,7	17,7	4,0	237		0,1	12,5	0,8	0	28	27,2	202,9	1,3
130	17,2	19,0	4,3	255		0,2	13,8	0,9	0	30,6	29,9	223,7	1,4

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 8.5a

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свежих огурцов с растительным маслом

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию

	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Продукты			
Огурец свежий парниковый или огурец свежий грунтовый	43	52	61
Соль поваренная йодированная	0,1	0,2	0,2
Масло растительное рафинированное	7	8	10
Выход готовой продукции	50	60	70

Технология приготовления: Огурцы промыть, удалить плодоножки и верхушки, нарезать кружочками. При подаче посолить и полить растительным маслом.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Пищевые вещества, г				Энергетическая ценность, мг	Витамины, Минеральные вещества, мг				
Выход, г	Б	Ж	У	ккал	B1	C	AE	Ca	Mg P Fe
50	0,25	4,7	0,61	46	0,15	47,5	-	109,25	66,5 200,1 2,85
60	0,36	8,05	1	75	0,17	57	-	131,1	79,8 240,12 3,42
70	0,43	9,72	1,09	93	0,2	66,5	-	152,95	93,1 280,14 3,99

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №2.14

Акционерное общество
«Государственный
центр питания»

Наименование блюда: Куры отварные

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Куры I категории потрошенные	125	125	155
Масса отварной курицы	90	90	110
Морковь свежая	6	6	8
Соль поваренная йодированная	0,7	0,7	1
Выход готовой продукции	90	90	110

Технология приготовления: обработанную тушку курицы уложить в горячую воду (2 - 2,5 литра на 1 кг продукта), довести до кипения, снять пену, добавить очищенную морковь, соль, варить при слабом кипении до готовности. При отпуске разрубить на порции. Нарезанные порционные кусочки залить бульоном, довести до кипения и хранить при температуре 55 - 60 °C на плите. Химический состав рассчитан на вареную мякоть курицы с кожей.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг			
	Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Mg	P	Fe		
90	17,6	17,6	0	231	0,1	10	0	0	26,7	25,7	210,9	2,1		
110	20,4	20,6	0	267	0,1	12,3	0	0	32,6	31,2	260,4	2,6		

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 2.24

Акционерное общество
«Государственный
комбинат питания»

Наименование блюда: Пюре куриное в бульоне со сливочным маслом

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Курица потрошенная 1 кат варка тушкой	146	171	196
Масло сливочное крестьянское 72,5% ж.	3	4	4
Бульон куриный к-р N 1.0	25	35	35
Соль поваренная йодированная	0,5	0,6	0,6
Выход готовой продукции	85	105	115

Технология приготовления: подготовленные тушки птицы положить в горячую воду (2 - 2,5 литра на 1 кг продукта), варить до готовности при слабом кипении. Готовые отварные тушки разделить до филе без костей, жира и кожи. Полученное мясо птицы пропустить 2 раза через мясорубку с частой решеткой. Куриный фарш развести бульоном, добавить сливочное масло и довести до кипения, варить при слабом кипении 15 минут. За 5 минут до окончания варки добавить соль.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Пищевые вещества, г				Энергетическая ценность, мг		Витамины, мг		Минеральные вещества, мг					
Выход, г	Б	Ж	У	ккал		B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
85	10,9	13,2	0	163		0,2	10	0,1	0	157,7	48,7	312,1	28,5
105	12,8	15,8	0	193		0,2	14	0,2	0	215,1	381,7	34,6	20,0
115	14,6	17,6	0	217		0,2	14	0,2	0	219	66,6	423	38,6

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 6.5a

Акционерное общество
«Государственный
центр питания»

Наименование блюда: Каша гречневая рассыпчатая

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Крупа гречневая	56	68	79
Вода питьевая	84	102	166
Соль поваренная йодированная	0,6	1	1
Масло сливочное крестьянское 72,5% ж.	4	10	10
Выход готовой продукции	120	150	175

Технология приготовления: гречневую крупу перебрать, промыть под проточной водой, засыпать в кипящее молоко с водой, варить при периодическом помешивании пока зерна крупы не набухнут, затем добавить соль, перемешать и продолжать варить под закрытой крышкой при слабом кипении до готовности, в конце варки добавить сливочное масло и довести до кипения.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
	Б	Ж	У		В1	С	АЕ	Ca	Mg	P	Fe
120	4,3	2,6	20,5	118	0,2	0,9	0,2	94,3	68,4	150,9	2,0
150	5,4	3,3	25,7	148	0,2	1,3	0,3	129,8	90,3	201,9	2,7
175	6,3	3,9	29,9	173	0,2	1,3	0,3	129,8	90,3	201,9	2,7

Акционерное общество
«Государственный
комбинат питания»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 7.4

Наименование кулинарного изделия (блюда): Овощи в молочном соусе

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Морковь свежая	33	37	48
Картофель	32	36	46
Зеленый горошек консервированный	15	17	22
Капуста белокочанная	33	37	48
Молоко цельное пастеризованное 3,2% ж.	51	58	75
Мука пшеничная 1 с.	3	3	4
Масло сливочное крестьянское 72,5% ж.	3	4	4
Соль поваренная йодированная	0,8	0,9	1,2
Выход готовой продукции	150	170	220

Технология приготовления: Подготовленный картофель нарезать мелкими кубиками, варить в воде 10 - 15 минут, затем отвар слить. Консервированный зеленый горошек прогреть в бульоне, жидкость слить. Морковь нарезать мелкими кубиками и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла до полуготовности. Очищенную белокочанную капусту нарезать мелкими шашками и припустить в небольшом количестве воды до полуготовности. Из подсушенной муки и молока приготовить соус. Овощи соединить, добавить зеленый горошек, залить молочным соусом, посолить и проварить на медленном огне при закрытой крышке в течение 5 - 10 минут до готовности.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
	Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Mg	P	Fe
150	3,9	4,1	14,9	113	0,12	7,40	0,04	0,31	02,2	38,5	114,6	0,9
170	4,4	5,3	16,9	135	0,23	0,80	0,05	0,31	15,9	43,5	130,3	1,0
220	5,7	6,0	21,9	165	0,23	9,70	0,06	0,41	49,5	56,0	166,9	1,3

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 6.8

Акционерное общество
«Государственный
центр питания»

Наименование блюда: Макароны изделия отварные

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Макаронные изделия в/с	34	45	52
Вода питьевая	206	268	309
Соль поваренная йодированная	0,3	0,4	0,5
Масса отварных макаронных изделий	97	126	145
Масло сливочное крестьянское 72,5% ж.	3	4	5
Выход готовой продукции	97/3	126/4	145/5

Технология приготовления: макаронные изделия засыпать в кипящую подсоленную воду, варить на слабом огне до готовности, макароны варить 20 - 30 минут, лапшу - 20 - 25 минут, вермишель - 10 - 12 минут, затем, не промывая откинуть на дуршлаг (дать стечь воде), заправить сливочным маслом, перемешать во избежание склеивания и образования комков и прогреть. Подавать в горячем виде.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
	Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
97	3,7	2,7	23,6	136	0,1	0	0	0	40,0	10,6	48,1	0,4
126	4,8	3,5	30,6	176	0,1	0	0	0	52,7	14,0	63,6	0,6
145	5,6	4,1	35,3	203	0,1	0	0	0	61,1	16,2	73,6	0,7

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 4.3

Наименование блюда: Омлет с сыром запеченный

Источник рецептуры: Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания оптимизированного состава 2008

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Яйцо куриное	40	48	56
Молоко цельное пастеризованное 3,2% ж.	15	18	21
Соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,1
Сыр	6	8	9
Масло сливочное крестьянское 72,5% ж.	2	3	3
Масса полуфабриката	56	67	78
Выход готовой продукции	50	60	70

Технология приготовления: Обработанные яйца разбить по 4 - 5 шт. в отдельную посуду, затем вылить в общую емкость, добавить молоко, растопленное сливочное масло, соль. Яично-молочную смесь тщательно взбить, вылить в смазанную маслом форму слоем 2,5 - 3 см, сверху посыпать тертым сыром и запекать в жарочном шкафу при температуре 180 - 200 С в течение 8 - 10 минут. При подаче нарезать на порции.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Пищевые				Витамины,										Минеральные вещества,		
Выход,	вещества, г			Энергетическая ценность,	мг				мг							
г	Б	Ж	У	ккал	В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe				
50	5,0	6,0	0,7	79	0,030	30,80	0,028	4,2	8	100,1	0,9					
60	8,6	9,9	1,2	130	0,040	61,20	0,031	32,3	12,3	152,5	1,3					
70	10	11,6	1,4	151	0,050	61,40	0,031	51	14,2	176	1,5					

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 3.4

Акционерное общество
«Государственный
комбинат питания»

Наименование блюда: Фрикадельки рыбные (треска) отварные

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Закладка продуктов в нетто и выход
готового блюда на 1 порцию
3 - 6 лет 7 - 11 лет 12 лет и старше

Продукты

Треска потрошенная обезглавленная (крупная) или

филе трески обесшкуренное промышленное

Хлеб пшеничный 1 с.

Вода питьевая

Яйцо куриное 2 с.

Соль поваренная йодированная

Масса полуфабриката

Выход готовой продукции

51 64 77

9 12 14

12 16 18

6 8 9

0,3 0,4 0,4

78 100 118

65 85 100

Технология приготовления: Рыбу зачистить, промыть, разделить на филе без кожи и костей (филе промышленное разморозить, промыть), нарезать на куски, пропустить через мясорубку, добавить замоченный в воде черствый пшеничный хлеб, вновь пропустить через мясорубку, добавить соль, яйцо, тщательно вымешать, сформовать фрикадельки (шарики массой 20 - 25 г) и отварить их в воде при слабом кипении до готовности.

Химический состав рассчитан с учетом тепловых потерь при варке.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
	Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Mg	P	Fe
65	8,4	0,9	3,8	58	0,10	50,02	0,51	5,8	16,7	111,1	0,6	
85	12,2	1,4	5,8	86	0,10	70,02	0,72	3,2	24,1	160,2	0,9	
100	14,6	1,6	6,8	101	0,10	80,03	0,92	7,4	28,8	191,2	1,0	

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 11.11a

Акционерное общество
«Государственный
комбинат питания»

Наименование блюда: Бефстроганов из отварного мяса

Источник рецептуры: Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания оптимизированного состава 2008

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 г 11 лет	12 лет и старше
Говядина 1 кат. или мясо бескостное	73	82	89
Масса отварного мяса	45	50	55
Соль поваренная йодированная	0.6	0.8	0.9
Морковь свежая	4	4	5
Молоко цельное пастеризованное 3,2% ж.	32	41	45
Мука пшеничная 1 с.	4	4	5
Сметана 20% ж.	6	8	12
Масло сливочное крестьянское 72.5% ж.	3	4	4
Масса готового соуса	35	45	50
Выход готовой продукции	80	95 (50/45)	105 (55/50)
Технология приготовления: Предварительно _____.			

мясо охладить, нашинковать соломкой. Из молока, подсушенной муки, сметаны приготовить соус. Подготовленное мясо положить в сотейник, добавить соль, сливочное масло, вареную протертую морковь, перемешать, залить соусом и варить при слабом кипении 10 - 15 минут до готовности.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
	Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
80	15,0	15,5	4,1	219	0.1	1.2	0.03	0	55,8	26,9	185,1	1,1
95	17,1	19,1	5,3	265	0.1	1,3	0.04	0	70	30,9	212,7	1,3
105	18,7	20,7	6,0	289	0.1	1.5	0.04	0	80.1	34,2	234,1	1,4

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 11.11a

Наименование блюда: Биточки мясные паровые

Источник рецептуры: Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания оптимизированного состава 2008

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Говядина 1 кат. или мясо бескостное	65	74	80
Хлеб пшеничный	13	16	18
Вода питьевая	15	20	22
Соль поваренная йодированная	0.6	0.8	0,9
Масло сливочное крестьянское 72.5% ж.	3	4	4
Масса полуфабриката	94	110	121
Выход готовой продукции	80	95	105

Технология приготовления: Подготовленное сырое мясо 2 раза пропустить на мясорубке, затем соединить с замоченным в воде черствым пшеничным хлебом, перемешать и снова пропустить через мясорубку, добавить сливочное масло, посолить, перемешать. Из готовой котлетной массы разделить биточки (кругло приплюснутой формы) толщиной 20 - 25 мм, уложить в сотейник и варить на пару в течение 15 - 20 минут до готовности.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Выход, г	Пищевые вещества, г				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
	Б	Ж	У			B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
80	13,1	12,7	6,3		192	0.10	50	0.10	0.03	24.1	135	12,7	0,3
95	15.1	14,9	7,8		226	0.10	50	0.020	0.04	28.5	153,7	15,7	0,3
105	16.3	15,9	8.7		244	0,10	60	0.020	0.04	31	166.4	17,4	0,4

Блюда из творога, молока и молочных продуктов

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 5.46

Наименование блюда: Суфле творожное паровое без сахара

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Творог нежирный	47	53	60
Мука пшеничная в/с	5	5	6
Молоко цельное пастеризованное 3.2% ж.	16	20	21
Яйцо куриное 2 с	11	11	12
Масло сливочное крестьянское 72,5% ж.	0,9	1	1
Масса полуфабриката	78	90	100
Выход готовой продукции	65	75	85

Технология приготовления: Творог протереть, добавить яичный желток, молоко, соль, всыпать муку, тщательно вымешать. Белки яиц взбить в густую пену, ввести их в творожную массу, помешивая сверху вниз. Подготовленную массу выложить на противень слоем 30 - 40 мм, сверху смазать сливочным маслом и варить на пару в течение 35 - 45 минут.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Пищевые вещества, г					Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
Выход, г	Б	Ж	У	Энергетическая ценность, ккал "	B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
65	10,5	2,6	4,5	84	1,40	522	70,1	111,2	25,2	184,6	0,03	
75	12,1	3,0	5,9	100	1,60	626	20,1	128,3	29,0	213,0	0,03	
85	13,6	3,4	6,2	111	1,80	729	70,1	145,4	32,9	241,4	0,03	

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 11.5a

Наименование блюда: Компот из свежих яблок

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию

Продукты	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Яблоки свежие	45	60	60
Вода питьевая	115	150	150
Выход готовой продукции	150	200	200

Технология приготовления: яблоки промыть, очистить от семенных гнезд, нарезать мелкими дольками, довести до кипения и варить 5-10 минут, оставить на несколько часов, чтобы компот настоялся. Витаминизировать блюдо в течение года.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Выход.	Пищевые вещества, г				Энергетическая ценность.	Витамины. мг				Минеральные вещества, мг			
г	Б	Ж	У		ккал	В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
150	0.12	0.1	2.9		12	0	4.5	0	0,1	7,2	4,1	5	1.0
200	0.18	0.2	9,4		17	0	6	2.3	0.1	9,6	5.4	6.6	1,4

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 11.11a

Акционерное общество
«Государственный
комбинат питания»

Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай с молоком без сахара

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Чай (заварка) в/с или 1с.	1	1	1
Вода питьевая	153	153	153
Молоко цельное пастеризованное 3,2% ж.	50	50	50
Выход готовой продукции	200	200	200

Технология приготовления: Заварить чай в эмалированной кастрюле. Перед завариванием кастрюлю ополоснуть горячей водой, всыпать чай. залить кипятком, оставить на 5 - 6 минут для настаивания, процедить. После этого чай влить в котел со вскипевшей горячей водой, горячее кипяченое молоко, довести до кипения.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Выход, г	Пищевые вещества, г				Энергетическая ценность, ккал	Витамины. Минеральные вещества, мг							
	Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Ca	Mg	P	Fe
200	1.6	1.6	3.4		26	0.02	3.60	0.10	67.8	12.2	54.7	0.9	

Гарниры

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА N 7.1

Акционерное общество
«Государственный
комбинат питания»

Наименование кулинарного изделия (блюда): Пюре картофельное

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Продукты	Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию		
	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Картофель свежий	89	106	124
Соль поваренная йодированная	0,6	0,7	0,8
Молоко цельное пастеризованное 3,2% ж.	14	17	20
Масло сливочное крестьянское 72,5% ж.	3	4	4
Выход готовой продукции	100	120	140

Технология приготовления: очищенный картофель промыть, сварить в подсоленной воде до готовности, отвар слить. Горячий картофель пропустить через протирочную машину, затем, непрерывно помешивая, добавить в 2 - 3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное сливочное масло. Смесь перемешать до получения пышной однородной массы и прогреть до температуры 90 °С на водяной бане.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции

Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
	Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
100	2,2	2,8	15,1	99	0,13	30,03	0,13	1,3	19,3	56,6	0,7	
120	2,6	4,0	18,1	125	0,14	0,03	0,23	7,6	23,2	68	0,8	
140	3,1	4,2	21,2	138	0,14	60,03	0,44	3,8	27,0	79,2	1,0	

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 11.11

Акционерное общество
«Государственный
комбинат питания»

Наименование кулинарного изделия (блюда): Отвар шиповника

Источник рецептуры: приказ Департамента здравоохранения города Москвы N 653 от 11.09.2017 "О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания"

Закладка продуктов в нетто и выход готового блюда на 1 порцию

Продукты	3 - 6 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Шиповник сушеный	20	20	20
Вода питьевая	200	200	200
Выход готовой продукции	200	200	200

Технология приготовления: промытые холодной водой плоды шиповника залить кипятком, варить в закрытой посуде при слабом кипении 5-10 мин. Затем оставить настаиваться на 22 - 24 часа в прохладном месте, отвар из измельченных плодов настаивать 3 - 4 часа. После этого отвар процедить.

Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции блюда.

Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, минеральные вещества, мг							
	Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	P	Fe
200	0.7	0.3	9.7	57	0	80,0	0.3	0	19.2	4,9	3,1	0,7