

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МДОУ
Медведевский детский сад «Солнышко»
С.М.Мельник
Приказ № 73/5 от 28.04.2023г.



**КАРТотеКА КУЛИНАРНЫХ БЛЮД
ПО ПИТАНИЮ ДЕТЕЙ В МДОУ
« МЕДВЕДЕВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД «СОЛНЫШКО»**

МОЛОЧНЫЕ БЛЮДА

1	Запеканка из творога № 251			
		Творог	93	93
		Крупа манная	8	8
		Сахар	4	4
		Яйца	1/10шт.	1/10шт.
		Масло сливочное	4	4
		Масло растительное	1	1
		Сухари	4	4
		Сметана	5	5
		ВЫХОД:	100	100
2	Пудинг из творога № 249			
		Творог	55	72
		Крупа манная	8	8
		Яйца	1/10шт.	1/8шт.
		Сахар	4	4
		Изюм	6	6
		Ванилин	0,01	0,01
		Масло сливочное	5	5
		Масло растительное	1	1
		Сухари	4	4
		Сметана	6	6
		ВЫХОД:	80	100
3	Суп молочный маннй № 99			
		Молоко	110	150
		Вода	45	60
		Крупа манная	11	12
		Сахар	4	4
		Соль	1	1
		Масло сливочное	3	3
		ВЫХОД:	150	200
4	Суп молочный пшeнный № 101б			
		Молоко	105	140
		Вода	45	60
		Крупа пшeнная	13	16
		Сахар	4	4
		Соль	1	1
		Масло сливочное	3	3
		ВЫХОД:	150	200
5	Суп молочный рисовый № 101а			
		Молоко	105	140
		Вода	45	60
		Крупа рисовая	11	12
		Сахар	4	4
		Соль	1	1
		Масло сливочное	3	3
		ВЫХОД:	150	200
6	Суп молочный гречневый № 101в			
		Молоко	105	140
		Вода	45	60
		Крупа гречневая	12	16
		Сахар	4	4
		Соль	1	1
		Масло сливочное	2	2

		ВЫХОД:	150	200
--	--	---------------	------------	------------

7	Суп молочный с овсяными хлопьями № 101г			
		Молоко	105	140
		Вода	45	60
		Хлопья овсяные	10	12
		Сахар	4	4
		Соль	1	1
		Масло сливочное	3	3
		ВЫХОД:	150	200
8	Суп молочный вермишелевый № 100			
		Молоко	105	140
		Вода	45	60
		Вермишель, фигурные изделия, макароны	12	16
		Сахар	4	4
		Соль	1	1
		Масло сливочное	3	3
		ВЫХОД:	150	200

Заведующий МДОУ

/С.М. Мельник/



ПЕРВЫЕ БЛЮДА

№	Наименование блюда	Ингредиенты	Норма на 1-го ребенка (ясли)гр.	Норма на 1-го ребенка (сад)гр.
1	Рассольник ленинградский № 82			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	60	80
		с 31.10 по 31.12	64	86
		с 31.12 по 28.02	68	92
		с 28.02 по 01.09	73	100
		Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	4	4
		Морковь: с 31.08 по 1 января	10	12
		с 1 января по 31.08	11	13
		Лук репчатый	5	5
		Огурцы соленые	10	13
		Соль	2	2
		Сметана	3	4
		Масло растительное	4	4
		Куры	14	17
		Бульон или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
2	Суп картофельный с бобовыми (горох) № 87а			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	43	53
		с 31.10 по 31.12	45	57
		с 31.12 по 28.02	49	61
		с 28.02 по 01.09	53	66
		Горох лущенный	12	16
		Лук репчатый	8	9
		Морковь: с 31.08 по 1 января	10	12
		с 1 января по 31.08	12	14
		Масло растительное	4	4
		Соль	2	2
		Куры	14	17
		Бульон или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
3	Борщ с мясом № 68			
		Говядина (лопаточная, подлопаточная части, покромка)	35	40
		Соль	2	2
		Свекла: с 31.08 по 1 января	30	40
		с января по 31.08	32	43
		Капуста свежая	20	25
		Лук репчатый	6	8
		Морковь: с 31.08 по 1 января	12	17
		с 1 января по 31.08	13	19
		Картофель: с 01.09 по 31.10	40	44
		с 31.10 по 31.12	43	48
		с 31.12 по 28.02	46	52
		с 28.02 по 01.09	50	56
		Томатное пюре	3	3
		Масло растительное	4	4
		Зелень петрушки	2	3
		Сметана	3	4

		Бульон или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
4	Борщ с картофелем № 64			
		Свекла: с 31.08 по 1 января	33	40
		с января по 31.08	35	43
		Картофель: с 01.09 по 31.10	43	53
		с 31.10 по 31.12	46	57
		с 31.12 по 28.02	49	62
		с 28.02 по 01.09	53	66
		Морковь: с 31.08 по 1 января	11	13
		с 1 января по 31.08	12	14
		Лук репчатый	8	9
		Томатное пюре	5	6
		Масло растительное	4	4
		Соль	2	2
		Сахар	1	1
		Куры	14	17
		Бульон или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
5	Суп картофельный с клецками № 91			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	43	53
		с 31.10 по 31.12	45	57
		с 31.12 по 28.02	49	61
		с 28.02 по 01.09	53	66
		Морковь: с 31.08 по 1 января	8	10
		с 1 января по 31.08	9	11
		Лук репчатый	8	9
		Масло растительное	3	3
		Соль	2	2
		Куры	14	17
		Бульон или вода	105	140
		Клецки мучные готовые № 128	15	20
		ВЫХОД:	150	200
6	Суп картофельный с мясными фрикадельками № 89			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	79	106
		с 31.10 по 31.12	84	114
		с 31.12 по 28.02	89	122
		с 28.02 по 01.09	98	132
		Морковь: с 31.08 по 1 января	10	10
		с 1 января по 31.08	12	12
		Лук репчатый	10	12
		Томатное пюре	1	2
		Масло растительное	1	2
		Соль	2	2
		Бульон или вода	105	140
		Фрикадельки мясные № 129	15	20
		ВЫХОД:	150	200
7	Бульон с гречками № 117			
		Бульон из птицы детский № 60	150	200

		Зелень петрушки	2	3
		Гренки пшеничные №123	15	20
		ВЫХОД:	150	200
8	Суп с рыбными консервами № 95			
		Консервы рыбные в собственном соку	24	32
		Картофель: с 01.09 по 31.10	56	74
		с 31.10 по 31.12	60	80
		с 31.12 по 28.02	64	86
		с 28.02 по 01.09	70	93
		Морковь: с 31.08 по 1 января	11	15
		с 1 января по 31.08	14	17
		Лук репчатый	12	16
		Крупа рисовая	5	5
		Масло сливочное	3	3
		Зелень	1	1
		Соль	2	2
		Бульон рыбный или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
9	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) № 876			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	43	53
		с 31.10 по 31.12	45	57
		с 31.12 по 28.02	49	61
		с 28.02 по 01.09	53	66
		Фасоль	13	16
		Лук репчатый	8	9
		Морковь: с 31.08 по 1 января	10	12
		с 1 января по 31.08	12	14
		Масло растительное	4	4
		Соль	2	2
		Куры	14	17
		Бульон или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
10	Суп картофельный с макаронными изделиями № 88			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	66	80
		с 31.10 по 31.12	71	86
		с 31.12 по 28.02	76	92
		с 28.02 по 01.09	83	100
		Макаронны, лапша, вермишель, фигурные изделия	8	9
		Морковь: с 31.08 по 1 января	9	10
		с 1 января по 31.08	11	12
		Лук репчатый	8	9
		Масло растительное	3	3
		Соль	2	2
		Куры	14	17
		Бульон или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200

11	Клецки мучные № 128			
		Мука пшеничная	6	6
		Масло сливочное	1	1
		Яйцо	1,3	1,7
		Вода или молоко	7	10
		Соль	0,1	0,2
		ВЫХОД:	15	20
12	Фрикадельки мясные № 129			
		Говядина (котлетное мясо)	25	31
		Лук репчатый	2	2
		Вода	1,5	2
		Соль	0,1	0,2
		ВЫХОД:	15	20
13	Гренки из пшеничного хлеба № 123			
		Хлеб пшеничный	28	37
		ВЫХОД:	15	20
14	Бульон из птицы детский № 60			
		Куры	24	27
		Или филе птицы охлажденное	12	16
		Вода	168	225
		Лук репчатый	6	6
		Морковь: с 31.08 по 1 января	5	5
		с 1 января по 31.08	6	6
		Соль	2	2
		ВЫХОД:	150	200
		Куры	14	17
		Или филе птицы охлажденное	12	16
		Вода	118	157
		Лук репчатый	1	1
		Морковь: с 31.08 по 1 января	2	2
		с 1 января по 31.08	2	2
		Соль	1	1
		ВЫХОД:	105	140

Заведующий МДОУ



/С.М.Мельник/

ВТОРЫЕ БЛЮДА

1	Омлет с зеленым горошком № 233			
		Яйца	55	65
		Молоко	41	49
		Мука пшеничная	6	6
		Горошек зеленый консервированный	21	24
		Масло сливочное	5	6
		Соль	2	2
		ВЫХОД:	110	130
2	Макаронник с печенью № 309			
		Печень говяжья	74	98
		Масло сливочное	3	4
		Масса готовых мясных продуктов	34	45
		Макароны	33	44
		Лук репчатый	13	14
		Яйцо на смазку	1/20	1/17
		Масло сливочное	2	3
		Яйцо	1/10	1/8
		Сухари	3	4
		Масло сливочное	5	5
		ВЫХОД:	120	160
3	Макаронные изделия отварные с маслом №219			
		Макаронные изделия	35	40
		Вода	210	231
		Масло сливочное	3	4
		ВЫХОД:	110	130
4	Голубцы ленивые № 315			
		Капуста свежая белокочанная	91	113
		Говядина (котлетное мясо)	60	65
		Крупа рисовая	6	6
		Лук репчатый	10	12
		Масло сливочное	3	3
		Яйца	1/13шт.	1/10шт.
		Соль	2	2
		ВЫХОД:	110	130
5	Гуляш из отварного мяса № 293			
		Говядина (покроя, лопаточная часть, грудинка)	50	65
		Морковь: с 31.08 по 1 января	9	10
		с 1 января по 31.08	10	11
		Лук репчатый	7	8
		Томатное пюре	3	3
		Масло растительное	5	5
		Соль	2	2
		Мука пшеничная	2	2
		Овощной отвар или вода	20	26
		ВЫХОД:	60	80
			47	51
6	Жаркое по – домашнему № 292			
		Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	42	53
		Картофель: с 01.09 по 31.10	109	136
		с 31.10 по 31.12	117	146

		с 31.12 по 28.02	126	157
		с 28.02 по 01.09	137	170
		Лук репчатый	8	10
		Морковь: с 31.08 по 1 января	12	16
		с 1 января по 31.08	14	20
		Масло сливочное	4	4
		Томатное пюре	4	7
		Соль	2	2
		ВЫХОД:	120	150
7	Каша пшеничная вязкая № 331а			
		Крупа пшеничная	33	35
		Соль	1	1
		Вода	88	104
		Масло сливочное	5	5
		ВЫХОД:	110	130
8	Каша вязкая гречневая № 331 б			
		Крупа гречневая	33	35
		Вода	88	104
		Соль	1	1
		Масло сливочное	4	4
		ВЫХОД:	110	130
9	Котлеты, биточки, шницели рубленые № 299			
		Говядина (котлетное мясо),	50	60
		или свинина (котлетное мясо),	43	61
		или телятина (котлетное мясо)	55	87
		Хлеб пшеничный	9	12
		Молоко или вода	11	16
		Лук репчатый	8	8
		Соль	1	1
		Сухари	7	7
		ВЫХОД:	50	70
10	Котлеты или биточки рыбные запеченные № 271			
		Филе трески	50	65
		или судака	48	65
		Хлеб пшеничный	11	14
		Молоко или вода	15	20
		Лук репчатый	5	9
		Соль	1	1
		Масло сливочное	1	2
		ВЫХОД:	60	80
11	Пюре картофельное № 339			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	106	137
		с 31.10 по 31.12	114	146
		с 31.12 по 28.02	124	158
		с 28.02 по 01.09	132	171
		Молоко	10	14
		Соль	2	2
		Масло сливочное	5	5
		ВЫХОД:	110	130
12	Плов из птицы № 321			
		Куры,	55	65
		Или бройлер-цыпленок,	130	154
		Или куриные окорочка,	83	98
		Или индейка,	125	147
		Или филе птицы	50	60

	Масло сливочное	4	5
	Морковь: с 31.08 по 1 января	19	23
	с 1 января по 31.08	20	25
	Лук репчатый	18	20
	Соль	2	2
	Томатное пюре	4	4
	Купа рисовая	25	29
	ВЫХОД:	110	130
13	Тефтели мясные № 303		
	Говядина (котлетное мясо)	55	65
	или телятина (котлетное мясо)	48	67
	Хлеб пшеничный	6	9
	Молоко или вода	10	14
	Соль	1	1
	Лук репчатый	12	17
	Масло сливочное	2	2
	Мука пшеничная	4	4
	ВЫХОД:	50	70
14	Рыба, тушенная с овощами № 261		
	Филе минтай	50	57
	Или треска,	38	51
	Или окунь морской,	39	52
	Или хек	41	55
	Вода	13	17
	Морковь: с 31.08 по 1 января	22	28
	с 1 января по 31.08	24	31
	Соль	2	2
	Томатное пюре	2	2
	Лук репчатый	9	11
	Масло растительное	4	4
	ВЫХОД:	60	80
15	Картофель отварной № 136		
	Картофель: с 01.09 по 31.10	146	186
	с 31.10 по 31.12	157	200
	с 31.12 по 28.02	168	215
	с 28.02 по 01.09	183	233
	Или картофель молодой	141	180
	Масло сливочное	5	5
	Соль	1	1
	ВЫХОД:	110	140
16	Запеканка из печени с рисом № 311		
	Печень говяжья	49	62
	Крупа рисовая	8	10
	Лук репчатый	19	24
	Масло сливочное	1	2
	Яйцо	1/5	1/4
	Яйцо на смазку	1/20	1/13
	Соль	2	2
	ВЫХОД:	80	100

Заведующий МДОУ



БЛЮДА ИЗ ТЕСТА

1	Булочка «Веснушка» № 456			
		Мука пшеничная	71	71
		Мука пшеничная (на подпыл)	1	1
		Дрожжи (прессованные)	2	2
		Соль	1	1
		Сахар	6	6
		Маргарин	6	6
		Меланж (для смазки)	2	2
		Изюм	5	5
		Вода	28	28
		ВЫХОД:	100	100
2	Пирожки печенные с повидлом № 437а			
		Тесто дрожжевое № 436	78	78
		Мука на подпыл	2	2
		Повидло	33	33
		Масло растительное (для смазки листов)	0,3	0,3
		Меланж для смазки пирожков	1/20шт	1/20шт
		ВЫХОД:	100	100
3	Пирожки печенные с творогом № 437б			
		Тесто дрожжевое № 436	78	78
		Мука на подпыл	1	1
		Фарш творожный № 501	34	34
		Масло растительное (для смазки листов)	0,3	0,3
		Меланж для смазки пирожков	1/25шт	1/25шт
		ВЫХОД:	100	100
4	Тесто дрожжевое № 436а			
		Мука пшеничная высшего или 1-го сортов ¹	50	50
		Сахар	4	4
		Маргарин	5	5
		Меланж	5	5
		Соль	1	1
		Дрожжи (прессованные)	2	2
		Вода	13	13
		ВЫХОД:	78	78
5	Фарш творожный № 501			
		Творог	31	31
		Яйца	1/29шт	1/29шт
		Сахар	2	2
		Мука пшеничная	1	1
		ВЫХОД:	34	34

Заведующий МДОУ



С.М. Мельник/

ТРЕТЬЕ БЛЮДО

1	Чай с сахаром № 411			
		Чай-заварка № 410, (мл)	20	30
		Сахар	4	4
		Вода	130	150
		ВЫХОД:	150/4	180/4
2	Чай с лимоном № 412			
		Чай-заварка № 410, (мл)	20	30
		Сахар	4	4
		Лимон свежий	5	6
		Вода	130	150
		ВЫХОД:	150/4/5	180/4/6
3	Кофейный напиток с молоком № 414			
		Кофейный напиток	2	3
		Сахар	4	4
		Молоко	75	90
		Вода	90	108
		ВЫХОД:	150	180
4	Какао с молоком № 416			
		Какао порошок	2	2
		Сахар	4	4
		Молоко	92	110
		Вода	70	80
		ВЫХОД:	150	180
5	Компот из сушеных фруктов № 394			
		Фрукты сушеные (смесь)	8	8
		Сахар	8	8
		Кислота лимонная	0,1	0,1
		Вода	152	183
		ВЫХОД:	150	180
6	Кисель из повидла № 401			
		Повидло	18	21
		Сахар	4	4
		Крахмал картофельный	5	6
		Кислота лимонная	0,2	0,2
		Вода	143	172
		ВЫХОД:	150	180
7	Соки овощные, фруктовые и ягодные № 418			
		Сок	100	100
		ВЫХОД:	100	100
8	Плоды и ягоды свежие № 368			
		Яблоки	80	85
		Бананы	117	125
		Апельсины	95	100
		ВЫХОД:	70	75
9	Чай – заварка № 410			
		Чай	2	2
		Вода	21	32
		ВЫХОД:	20	30

Заведующий МДОУ

С.М. Мельник/

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ ТОВАРЫ ПОРЦИЯМИ

содержание

	Наименование блюда по технологической карте	Номер	Страница
1	Сыр (порциями)	7	106
2	Масло сливочное (порциями)	6	106

ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

содержание

	Наименование блюда по технологической карте	Номер	Страница
3	Хлеб пшеничный	1	104-105
4	Хлеб ржаной		

КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

содержание

	Наименование блюда по технологической карте	Номер	Страница
5	Печенье	5	584

Заведующий МДОУ



С.М. Мельник/

СОУСЫ

1	Соус томатный № 366			
		Бульон или вода	20	30
		Масло сливочное	1	1
		Мука пшеничная	1	1
		Морковь: с 31.08 по 1 января	2	2
		с 1 января по 31.08	3	3
		Лук репчатый	1	1
		Петрушка	0,3	0,4
		Томатное пюре	3	4
		Масло сливочное	0,3	0,4
		Сахар	0,2	0,3
		Соль	0,2	0,3
		ВЫХОД:	20	30
2	Соус сметанный № 372			
		Сметана	7	7
		Мука пшеничная	3	3
		Вода или отвар	15	22
		Соль	0,16	0,24
		ВЫХОД:	20	30
3	Соус сметанный с томатом № 373			
		Сметана	5	5
		Мука пшеничная	1	2
		Вода	15	22
		Томатное пюре	4	4
		Соль	0,16	0,24
		ВЫХОД:	20	30

Заведующая МДОУ  С.М. Мельник

САЛАТЫ

1	Салат из свеклы с огурцами соленными №37			
		Свекла :с 31.08 по1 января	23	38
		с января по 31.08	25	40
		огурцы соленые	7	12
		лук репчатый	2	3
		масло растительное	2	3
		ВЫХОД:	30	50
2	Салат из свеклы с зеленым горошком №35			
		Свекла :с 31.08 по1 января	19	32
		с января по 31.08	21	34
		зеленый горошек консервированный	18	19
		яблоки свежие	7	11
		лук репчатый	2	3
		масло растительное	3	3
		соль	2	2
		ВЫХОД:	30	50

3	Салат из соленных огурцов луком №20			
		Огурцы соленые	40	50
		лук репчатый	6	9
		масло растительное	3	3
		ВЫХОД:	30	50
4	Овощи натуральные соленные или свежие № 70			
		Помидоры соленные	82	109
		Или огурцы соленные	82	109
		Помидоры свежие	46	61
		Или огурцы свежие	46	61
		Или помидоры в собственном соку	47	63
		Или перцы свежие сырые	60	80
		ВЫХОД:	45	60

5	Салат из свежих огурцов № 13			
		Огурцы свежие	35	59
		Масло растительное	2	3
		ВЫХОД:	30	50
6	Салат из свежих помидоров с луком № 14			
		Помидоры свежие	25	42
		Лук репчатый	9	14
		Или зеленый лук	8	14
		Масло растительное	2	3
		ВЫХОД:	30	50
7	Салат из свежих помидоров и огурцов № 15			
		Помидоры свежие	22	24

	Огурцы свежие	18	26
	Лук зеленый	6	9
	Или лук репчатый	6	9
	Масло растительное	4	5
	ВЫХОД	40	60

Заведующий МДОУ

С.М. Мельник/



Прошито и пронумеровано, скреплено печатью

Заведующий

С.М. Мельник

