

## МЕНЮ ( 4-й день)

<b>Завтрак</b>	<i>ясли</i>	<i>сад</i>
<i>Каши молочная овсяная</i>		
<i>«Геркулес» жидкая</i>	<i>150</i>	<i>250</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Батон нарезной обогащённый</i>	<i>30</i>	<i>40</i>
<i>Масло порциями</i>	<i>3</i>	<i>5</i>
<b>Второй завтрак</b>		
<i>Сок фруктовый</i>	<i>130</i>	<i>150</i>
<b>Обед</b>		
<i>Борщ из свежей капусты</i>	<i>150</i>	<i>250</i>
<i>Гуляш из печени</i>	<i>70</i>	<i>80</i>
<i>Рис отварной</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Кисель</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	<i>40</i>	<i>50</i>
<b>Ужин</b>		
<i>Капуста тушёная</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Сосиска</i>	<i>80</i>	<i>80</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Батон нарезной обогащённый</i>	<i>30</i>	<i>40</i>

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГЕРКУЛЕС	19,29	19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80
САХАР ПЕСОК	3	3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,54
Жиры, г	5,48
Углеводы, г	17,61
Энергетическая ценность, ккал	138,31

В1, мг	0,09
С, мг	0,42
А, мг	0,02
Е, мг	0,68
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,10

Са, мг	98,04
Mg, мг	29,41
Р, мг	118,42
Fe, мг	0,78
К, мг	186,35
І, мкг	8,06
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5
САХАР ПЕСОК	11	11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170
<b>Выход: 180</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,10
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	10,85
Энергетическая ценность, ккал	43,77

В1, мг	0,00
С, мг	0,02
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	9,32
Mg, мг	3,51
P, мг	3,71
Fe, мг	0,37
K, мг	13,24
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком.

По второму варианту воду соединяют с сахаром и доводят до кипения. Чай-заварку наливают в стаканы или чашки и доливают кипятком с сахаром.

Чай также отпускается как прохладительный напиток. Чай процеживают, добавляют сахар и охлаждают до 8-10° С.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38
<b>Выход: 38</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	2,85
Жиры, г	1,10
Углеводы, г	19,53
Энергетическая ценность, ккал	99,56

В1, мг	0,04
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	7,22
Mg, мг	4,94
P, мг	24,70
Fe, мг	0,38
K, мг	34,96
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 13

Наименование изделия: **МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры: **13**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 5</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,03
Жиры, г	4,13
Углеводы, г	0,04
Энергетическая ценность, ккал	37,40

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,04
Е, мг	0,11
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,01

Ca, мг	0,60
Mg, мг	0,00
P, мг	0,95
Fe, мг	0,01
K, мг	0,75
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

**Технология приготовления:**

Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 442

Наименование изделия: **СОК ФРУКТОВЫЙ**

Номер рецептуры: **442**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОК ФРУКТОВЫЙ	130	130
<b>Выход: 130</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,65
Жиры, г	0,13
Углеводы, г	13,13
Энергетическая ценность, ккал	55,90

В1, мг	0,01
С, мг	2,60
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	9,10
Mg, мг	5,20
Р, мг	9,10
Fe, мг	1,82
К, мг	156,00
І, мкг	1,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

**Технология приготовления:**

Обработанные в соответствии с санитарными правилами пакеты вскрывают, сок разливают в стаканы.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 84

Наименование изделия: **БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **84**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	61,54	40
с 01.03 по 31.07	66,67	40
с 01.08 по 31.08	50	40
с 01.09 по 31.10	53,33	40
с 01.11 по 31.12	57,14	40
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	26,15	17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1
ЧЕСНОК	1	0,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	12	9
с 01.09 по 31.12	11,25	9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	46,67	35
с 01.09 по 31.12	43,75	35
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3
<b>Выход: 250/17</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,41
Жиры, г	5,52
Углеводы, г	12,89
Энергетическая ценность, ккал	124,59

В1, мг	0,08
С, мг	12,67
А, мг	0,22
Е, мг	0,67
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,09

Са, мг	53,85
Mg, мг	29,94
P, мг	79,93
Fe, мг	1,60
K, мг	483,89
I, мкг	7,73
F, мг	0,04
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, 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, лимонную кислоту. При использовании квашеной капусты ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой (3 г муки на 250 г борща).

### Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША РАССЫПЧАТАЯ** *РСС*

Номер рецептуры: 679

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. 315

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

#### Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
<b>гречневая</b>											
150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	0,00	0,02
180	8,95	6,73	43,00	276,53	15,57	81,00	250,2	4,73	0,22	0,00	0,02
200	9,94	7,48	47,78	307,26	17,30	90,00	278,0	5,26	0,24	0,00	0,02
<b>ячневая</b>											
150	4,79	4,26	30,83	187,02	39,14	0,02	168,0	0,83	0,09	0,00	0,02
180	5,74	5,11	36,99	224,42	46,96	0,02	201,6	0,99	0,11	0,00	0,02
200	6,38	5,68	41,10	249,36	52,18	0,02	224,0	1,10	0,12	0,00	0,02
<b>пшеничная</b>											
150	6,60	4,38	35,27	213,71	1,22	0,03	162,0	2,43	0,11	0,00	0,02
180	7,92	5,26	42,32	256,45	1,46	0,04	194,4	2,92	0,13	0,00	0,02
200	8,80	5,84	47,02	284,94	1,62	0,04	216,0	3,24	0,14	0,00	0,02
<b>пшеничная</b>											
150	6,60	5,72	37,88	229,50	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00	21,00
180	7,92	6,86	45,45	275,40	19,96	56,81	161,32	1,85	0,20	0,00	25,20
200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00	28,00

#### **Технология приготовления:**

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.

#### **Требования к качеству:**

**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



## Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЕЧЕНКА ПО-СТРОГАНОВСКИ

Номер рецептуры: 690

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. - М. Госторгиздат, 1955

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Печень говяжья	76	71
Масло растительное	6	6
Соус сметанный с луком	50	50
Томат	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	50/55	

### Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
17,43	11,64	7,10	162,31	20,40	16,25	241,17	5,10	6,36	25,61	5,84

### *Технология приготовления:*

Печенку нарезают брусочками длиной 3-4 см, весом 5-7 г и обжаривают. Затем заливают сметанным соусом с луком, добавляют томат-пюре, доводят до кипения.

Подают горячим, гарниры – предпочтительнее картофельное пюре.

### *Требования к качеству:*

Печень мягкая, хорошо протушенная, цвет серый. Соус густой, цвет молочно-красный, без посторонних запахов и привкусов. Овощи сохранили форму нарезки, мягкие. Вкус и аромат, свойственные продуктам рецептуры. Не допускается запах пареных овощей.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикат	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	45
<b>Выход: 45</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	2,98
Жиры, г	0,40
Углеводы, г	19,08
Энергетическая ценность, ккал	91,78

В1, мг	0,08
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,99
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,04

Са, мг	8,10
Mg, мг	8,55
Р, мг	39,15
Fe, мг	1,80
К, мг	61,20
І, мкг	2,52
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

## Технологическая карта № 11.10

Наименование изделия: Кисель из концентрата (плодово-ягодного)

Номер рецептуры: № 233

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			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Концентрат киселя*	18	18	24	24
Вода	142	142	190	190
<b>Выход:</b>		<b>150</b>		<b>200</b>

Примечание: \* - в составе концентрированных киселей содержится:

Крахмала 31%

Сахара 62 %

Плодово - ягодного экстракта 7%

### *Химический состав данного блюда*

Пищевые вещества				Витамины, мг
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	С
0	0	13,5	46,5	0
0	0	18	60	0

**Технология приготовления:** Кисель из концентрата разводят равным количеством холодной воды, полученную смесь вливают в кипящую воду, добавляют сахар, кислоту лимонную и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают. Готовый кисель отпускают в стаканах.

Температура подачи не ниже +15° С.

### **Требования к качеству:**

**Внешний вид:** однородная прозрачная масса

**Консистенция:** средней густоты, без комков заварившегося крахмала

**Цвет:** свойственный используемому сырью

**Вкус:** кисло-сладкий

**Запах:** свойственный используемому сырью

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 346

Наименование изделия: **КАПУСТА ТУШЕНАЯ**

Номер рецептуры: **346**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	120
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	14	10,5
с 01.09 по 31.12	13,13	10,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,51
Жиры, г	3,69
Углеводы, г	7,41
Энергетическая ценность, ккал	74,42

В1, мг	0,04
С, мг	22,69
А, мг	0,23
Е, мг	1,07
Д, мкг	0,03
В2, мг	0,06

Ca, мг	63,46
Mg, мг	23,57
P, мг	45,92
Fe, мг	1,34
K, мг	284,37
I, мкг	4,65
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Капусту очищают от верхних листьев, промывают, удаляют кочерыгу, нарезают соломкой. Морковь промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Лук перебирают, очищают и промывают в холодной проточной воде.

Капусту закладывают в котел слоем до 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), лимонную кислоту, масло, пассерованную томатную пасту и тушат капусту при периодическом помешивании до полуготовности. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь и лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СОСИСКИ (САРДЕЛЬКИ) ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: 536

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сосиски или сардельки	81,6	80	102	100
<b>ВЫХОД:</b>	80		100	

**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 <sub>1</sub>	C	A
80	8,32	16,00	16,96	179,20	19,20	16,00	127,20	1,44	0,03	0,00	0,00
100	10,40	20,00	21,20	224,00	24,00	20,00	159,00	1,80	0,04	0,00	0,00

**Технология приготовления:**

Искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают, затем кладут в кипящую подсоленную воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении 3-5 минут. При отпуске гарнируют и поливают соусом или жиром.

Гарниры – каши рассыпчатые, каши вязкие, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, капуста тушеная.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* свежeproгретые целые колбасные изделия

*Консистенция:* колбасные изделия упругие, плотные, сочные

*Цвет:* светло-розовый

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* колбасных изделий

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5
САХАР ПЕСОК	11	11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170
<b>Выход: 180</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,10
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	10,85
Энергетическая ценность, ккал	43,77

В1, мг	0,00
С, мг	0,02
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	9,32
Mg, мг	3,51
Р, мг	3,71
Fe, мг	0,37
К, мг	13,24
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком.

По второму варианту воду соединяют с сахаром и доводят до кипения. Чай-заварку наливают в стаканы или чашки и доливают кипятком с сахаром.

Чай также отпускается как прохладительный напиток. Чай процеживают, добавляют сахар и охлаждают до 8-10° С.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38
<b>Выход: 38</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	2,85
Жиры, г	1,10
Углеводы, г	19,53
Энергетическая ценность, ккал	99,56

В1, мг	0,04
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	7,22
Mg, мг	4,94
P, мг	24,70
Fe, мг	0,38
K, мг	34,96
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00