



## Технологія приготування

Підготовлену нарізану шматочками цибулю ріпчасту злегка пасерують на маслі вершковому 2-3хв, потім додають підготовлену нарізану шматочками моркву та пасерують, періодично помішуючи, за температури 100 °С 5-10 хв. Підготовлений горох промивають та заливають холодною водою на 2-3 год. Далі його відкидають на друшляк і ретельно промивають холодною водою, кладуть у посудину, заливають холодною водою, доводять до кипіння (1-2хв) і варять за слабого кипіння до тих пір, поки горох не стане м'яким. Зварений горох протирають через сито або протирочну машину. Окремо варять підготовлену нарізану кубиками картоплю за температури 100 °С до готовності (20хв). У киплячу воду до картоплі додають протертий горох, пасеровані овочі, сіль та варять за слабого кипіння до готовності (10-15хв). Подають в глибокій тарілці при температурі 60-65 °С.

## Характеристика готової страви

**Зовнішній вигляд** – в рідкій частині овочі, які зберегли форму або частково розварились; горох протертий; на поверхні краплі жиру.

**Колір** – кремовий.

**Смак і запах** – в міру солоний, характерний вареному гороху та пасерованим овочам.

**Консистенція** – овочів – м'яка.

## Мікробіологічні показники безпеки:

**МАФАМ КУО** – не більше 104 в г/см<sup>3</sup>

**БГКП** – 1.0 (г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Патогенний стафілокок** - 1.0 (г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Бактерії роду протей** – 0,1(г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Бактерії кишкової палички** (коліформи в 0,1г продукту) не дозволені

**Патогенні мікроорганізми, в т.ч. сальмонели** – 25 г/см<sup>3</sup> не допускаються

**Мікробіологічні критерії** – у відповідності до ДСП 4.4.5.078-2001 «Мікробіологічні нормативи та методи контролю продукції громадського харчування» та наказу МОЗ № 548 від 19.07.2012 «Про затвердження Мікробіологічних критеріїв для встановлення безпечності харчових продуктів»; вміст токсичних елементів, пестицидів, мікотоксинів та радіонуклідів нормується у сировині (інгредієнтах).

## Основні фізичні показники

Маса страви: 150 г ± 3 %

200 г ± 3 %

**СКЛАВ: сестра медична з дієтичного харчування**

(підпис)

(ім'я, прізвище)

Олена Губа

Технологічна карта  
Запіканка овочева

А л е р г е н и	Назва продуктів та сировини	Витрати продуктів та сировини на одну порцію (г)						Хімічний склад продуктів (г)									Енергетична цінність (ккал)			Технологічні вимоги до якості продуктів та сировини
		Маса бруutto			Маса нетто			Білки			Жири			Вуглеводи						
		Вікові групи (роки)																		
		1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	
	Картопля до01.09(молода)-20% з 01.09до31.10-25% з 01.11до31.12-30% з 01.01до28.02-35% з 01.03до30.08-40%	100 106 114 123 133	100 106 114 123 133	125 133 143 154 167	80	80	100	1,60	1,60	2,00	0,32	0,32	0,40	13,04	13,04	16,30	64,00	64,00	80,00	Бульби цілі, здорові, сухі, незабруднені, нев'яучі.
	Капуста білокачанна	29	29	29	17	17	20	0,41	0,41	0,41	0,02	0,02	0,02	1,31	1,31	1,31	6,21	6,21	6,21	Качани свіжі, цілі, здорові, чисті, цілком сформувалися, непророслі, без пошкоджень сільськогосподарськими шкідниками.
	Морква з 01.09 до31.12-20% з 01.01до31.08-25%	15 16	15 16	22 24	12	12	18	0,16	0,16	0,23	0,01	0,01	0,02	1,01	1,01	1,51	4,08	4,08	6,12	Коренеплоди свіжі, цілі, здорові, чисті, без тріщин, нев'яучі, без пошкоджень сільськогосподарськими шкідниками.
	Цибуля ріпчаста	10	10	12	8	8	10	0,11	0,11	0,14	—	—	—	0,78	0,78	0,98	3,28	3,28	4,10	Цибулини визрілі, здорові, цільні, сухі, незабруднені, з добре підсушеними верхніми лусками.
	Олія	3	3	3	3	3	3	—	—	—	3,00	3,00	3,00	—	—	—	26,97	26,97	26,97	Золотисто-жовтого кольору, без стороннього запаху, присмаку і гіркоти.
ЗП Г*	Крупа манна	11	11	13	11	11	13	1,13	1,13	1,34	0,11	0,11	0,13	7,47	7,47	8,83	36,08	36,08	42,64	Кремове або жовтувате кольору, без стороннього запаху; смак злегка солодкуватий; зараження амбарними шкідниками не допускається
Я*	Яйце куряче	1/6 7,67	1/6 7,67	1/4 11,5	6,67	6,67	10	0,85	0,85	1,27	0,77	0,77	1,15	0,05	0,05	0,07	10,47	10,47	15,70	Свіжі, столові, шкаралупа чиста, міцна, цілісна.
	Вода	41	41	48	41	41	48	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	Прозора безбарвна рідина, без присмаків і запаху, не містить видимих домішок.
Г*	Сухарі панірувальні	5	5	8	5	5	8	0,55	0,55	0,87	0,08	0,08	0,12	3,48	3,48	5,57	17,05	17,05	27,28	Крупа, досить однорідна за розміром від світло-жовтого до світло-коричневого. Смак та запах властивий панірувальним сухарям, без

																				стороннього присмаку та запаху, властивий панірувальним сухарям.
МП Л*	Сметана 21%	2	2	3	2	2	3	0,05	0,05	0,08	0,42	0,42	0,63	0,08	0,08	0,13	4,32	4,32	6,48	Білого кольору, або з кремівим відтінком; консистенція однорідна, в міру густа; смак кисломолочний; без сторонніх присмаків і запахів.
МП Л*	Сир твердий	2	2	3	2	2	3	0,46	0,46	0,69	0,58	0,58	0,87	—	—	—	7,20	7,20	10,80	Шкірка рівна, міцна, без пошкоджень; консистенція однорідна; колір від білого до блідо – жовтого; смак та запах виражений, сирний.
	Сіль йодована	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	Солона, без сторонніх присмаків і ароматів; сипуча без грудочок; біла з блиском; слабкий запах йоду; розчинність у рідині повна.
	<b>ВИХІД</b>				<b>100</b>	<b>100</b>	<b>120</b>	<b>5,32</b>	<b>5,32</b>	<b>7,03</b>	<b>5,31</b>	<b>5,31</b>	<b>6,34</b>	<b>27,22</b>	<b>27,22</b>	<b>34,70</b>	<b>179,66</b>	<b>179,66</b>	<b>226,30</b>	

\*Перелік речовин та харчових продуктів, які спричиняють алергічні реакції або непереносимість – відповідно до додатку №1 до Закону України

«Про інформацію для споживачів щодо харчових продуктів» від 6.12.2018 року № 2639-VIII

### Технологія приготування

Нарізані соломкою, припущені окремо моркву і капусту з'єднують з пасерованою цибулею ріпчастою, нарізаною півкільцями, додають острів, всипають тоненькою цівкою манну крупу, і проварюють до загустіння. Підготовлену картоплю відварюють цілою за температури 100 °С у шкірці до готовності (30 хв), чистять та протирають. Овочеву масу змішують з протертою вареною картоплею, охолоджують до 40-50 °С, додають підготовлені яйця. Отриману масу викладають рівним шаром завтовшки 2,5-3 см на змащений олією лист. Поверхню виробу розрівнюють, змащують сметаною, посипають сухарями змішаними з натертим твердим сиром і запікають в духовій шафі за температури 220-250 °С до готовності (15-20 хв). Готову запіканку охолоджують та нарізають на порції.

Подають на мілкій закусочній тарілці при температурі 60-65 °С.

### Характеристика готової страви

**Зовнішній вигляд** – запіканка нарізана рівними шматками.

**Колір** – поверхні – рум'яний.

**Смак і запах** – в міру солоний, характерний запеченим овочам у поєднанні зі сметаною та твердим сиром.

**Консистенція** – м'яка, соковита.

### Мікробіологічні показники безпеки:

**МАФАМ КУО** – не більше 104 в г/см<sup>3</sup>

**БГКП** – 1.0 (г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Патогенний стафілокок** - 1.0 (г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Бактерії роду протей** – 0,1(г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Бактерії кишкової палички** (коліформи в 0,1г продукту) не дозволені

**Патогенні мікроорганізми, в т.ч. сальмонели** – 25 г/см<sup>3</sup> не допускаються

**Мікробіологічні критерії** – у відповідності до ДСП 4.4.5.078-2001 «Мікробіологічні нормативи та методи контролю продукції громадського харчування» та наказу МОЗ № 548 від 19.07.2012 «Про затвердження Мікробіологічних критеріїв для встановлення безпечності харчових продуктів»; вміст токсичних елементів, пестицидів, мікотоксинів та радіонуклідів нормується у сировині (інгредієнтах).

### Основні фізичні показники

Маса страви: 100 г ± 3 %

120 г ± 3 %

**СКЛАВ: сестра медична з дієтичного харчування**

(підпис)

Олена Губа

(ім'я, прізвище)

## Рецептура № 394

«Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания при  
общеобразовательных школах»

В.Т. Лапшина

Видання 2004 р

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Обтв'ївського ліцею

Галина МАРЧЕНКО

«22» лютого 2023р.

Технологічна карта

## Тюфтелька рибна в сметанно-томатному соусі

А л е р г е н и	Назва продуктів та сировини	Витрати продуктів та сировини на одну порцію (г)						Хімічний склад продуктів (г)									Енергетична цінність (ккал)			Технологічні вимоги до якості продуктів та сировини
		Маса бруто			Маса нетто			Білки			Жири			Вуглеводи						
		Вікові групи (роки)																		
		1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)				1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	
Р*	Рибаморожена "Хек тихоокеанський" (випотрошений без голови)	69	69	103	40	40	60	6,64	6,64	9,96	0,88	0,88	1,32	—	—	—	34,40	34,40	51,60	Поверхня рибчиста, природного забарвлення, властиве даному виду риби; без механічних пошкоджень, ознак захворювань; запах властивий рибі, без ознак псування.
	Вода	12	12	18	12	12	18	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	Прозора безбарвна рідинка, без присмаків і запаху, не містить видимих домішок.
Г*	Хліб пшеничний подовий	9	9	13	9	9	13	0,74	0,74	1,13	0,13	0,13	0,20	3,40	3,40	5,20	17,77	17,77	27,17	Добре пропечений, не вологий на дотик, без стороннього присмаку і запаху, без грудок і слідів непромісу.
	Цибуля ріпчаста	10	10	15	8	8	13	0,11	0,11	0,18	—	—	—	0,78	0,78	1,27	3,28	3,28	5,33	Цибулин визрілі, здорові, цільні, сухі, незабруднені, з добре підсушеними верхніми луками.
Г*	Борошно пшеничне	5	5	8	5	5	8	0,53	0,53	0,85	0,07	0,07	0,10	3,66	3,66	5,86	16,55	16,55	26,48	Колір білий або білий з кремовим відтінком; смак солодкуватий.
	Сіль йодована	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	Солонка, без сторонніх присмаків і ароматів; сипуча без грудочок; біла з блиском; слабкий запах йоду; розчинність у рідині повна.
	Масна півфабрикату:				71	71	106													
	Олія	2	2	2,5	2	2	2,5	—	—	—	2,00	2,00	2,50	—	—	—	17,98	17,98	22,48	Золотисто-жовтого кольору, без стороннього запаху, присмаку і гіркоти.
	Масатušкваної тюфтельки:				60	60	90													
	Соус сметанный з томатом:																			
МП Л*	Сметана 21%	10	10	17	10	10	17	0,26	0,26	0,44	2,10	2,10	3,57	0,42	0,42	0,71	21,60	21,60	36,72	Білого кольору, або з кремовим відтінком;

																				консистенція однорідна, в міру густа; смак кисломолочний; без сторонніх присмаків і запахів.
Г*	Борошно пшеничне	1	1	2	1	1	2	0,11	0,11	0,21	0,01	0,01	0,03	0,73	0,73	1,46	3,31	3,31	6,62	Колір білий або білий з кремовим відтінком; смак солодкуватий.
	Вода	10	10	17	10	10	17	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	Прозора безбарвна рідина, без присмаків і запаху, не містить видимих домішок.
	Маса білого соусу:				10	10	17													
	Томатна паста	1	1	2	1	1	2	0,05	0,05	0,10	—	—	—	0,19	0,19	0,38	1,02	1,02	2,04	Однорідна тонко подрібнена маса; смак, властивий увареній томатній масі, без гіркоти; колір — червоний, оранжево-червоний або малиново-червоний.
	Сіль йодована	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	Солоня, без сторонніх присмаків і ароматів; сипуча без грудочок; біла з блиском; слабкий запах йоду; розчинність у рідині повна.
	Маса соусу:				30	30	45													
	<b>ВИХІД</b>				<b>60/30</b>	<b>60/30</b>	<b>90/45</b>	<b>8,44</b>	<b>8,44</b>	<b>12,87</b>	<b>5,19</b>	<b>5,19</b>	<b>7,72</b>	<b>9,18</b>	<b>9,18</b>	<b>14,88</b>	<b>115,91</b>	<b>115,91</b>	<b>178,44</b>	

\*Перелік речовин та харчових продуктів, які спричиняють алергічні реакції або непереносимість – відповідно до додатку №1 до Закону України «Про інформацію для споживачів щодо харчових продуктів» від 6.12.2018 року № 2639-VIII

### Технологія приготування

Філе без шкіри і кісток нарізають на шматки і разом з цибулею ріпчастою, розмоченим в воді хлібом пшеничним пропускають двічі через м'ясорубку. В отриману масу додають сіль, добре вимішують і формують кульки, панірують в борошні та обсмажують в олії на розігрій до 150-160 °С сковороді протягом 2-3 хв. Обсмажені вироби викладають в деко, заливають соусом та тушкують в духовій шафі за температури 220-250 °С до готовності (10-15 хв).

При видачі тюфтельки видають з соусом в якому вони тушкувались.

Соус: Просіяне борошно (шар не більше 5 см) нагрівають на сковороді, помішуючи, за температури 110-120 °С до світло-жовтого кольору. Потім його охолоджують до температури 60-70 °С розводять четвертою частиною гарячої води до однорідної маси, додають решту води, томатну пасту і варять за слабого кипіння 7-10 хв. Потім додають сметану, сіль та ще кип'ятять 5-7 хв. Готовий соус проціджують і доводять до кипіння (1-2 хв).

Подають в мілкій закусочній тарілці при температурі 60-65 °С.

### Характеристика готової страви

**Зовнішній вигляд** – вироби круглої форми або злегка деформувались, в соусі.

**Колір** – поверхні – світло – коричневий, на розрізі – від білого до сірого.

**Смак і запах** – характерний тушкованому виробу із котлетної рибної маси, з ароматом цибулі та соусу.

**Консистенція** – соковита, рихла.

### Мікробіологічні показники безпеки:

**МАФАМ КУО** – не більше 104 в г/см<sup>3</sup>

**БГКП** – 1.0 (г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Патогенний стафілокок** - 1.0 (г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Бактерії роду протей** – 0,1(г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Бактерії кишкової палички** (коліформи в 0,1г продукту) не дозволені

**Патогенні мікроорганізми, в т.ч. сальмонели** – 25 г/см<sup>3</sup> не допускаються

**Мікробіологічні критерії** – у відповідності до ДСП 4.4.5.078-2001 «Мікробіологічні нормативи та методи контролю продукції громадського харчування» та наказу МОЗ № 548 від 19.07.2012 «Про затвердження Мікробіологічних критеріїв для встановлення безпечності харчових продуктів»; вміст токсичних елементів, пестицидів, мікотоксинів та

радіонуклідів нормується у сировині (інгредієнтах).

Маса страви: 60/30 г ± 3 %

90/45 г ± 3 %

**СКЛАВ: сестра медична з дієтичного харчування**

(підпис)

(ім'я, прізвище)

## Основні фізичні показники

---

Олена Губа

ст. 113

«Питання дітей раннього и дошкільного вікста»

В.Г. Кисляковская, Л.П. Васильева, Т.Б. Гурвич

Видання: 1983 р

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Обтівського ліцею

\_\_\_\_\_ Галина МАРЧЕНКО

«22» лютого 2023р.

Технологічна карта  
Компот із свіжих фруктів (яблук)

А л е р г е н и	Назва продуктів та сировини	Витрати продуктів та сировини на одну порцію (г)						Хімічний склад продуктів (г)									Енергетична цінність (ккал)			Технологічні вимоги до якості продуктів та сировини
		Маса брутто			Маса нетто			Білки			Жири			Вуглеводи						
		Вікові групи (роки)																		
		1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	1-3	3-4	4-6 (7)	
	Яблуко свіже	53	53	72	47	47	63	0,19	0,19	0,25	0,19	0,19	0,25	4,89	4,89	6,55	21,15	21,15	28,35	Плоди по формі та забарвленню властиві даному сорту, без пошкоджень шкідниками і хворобами, з плодоніжкою і без неї, без пошкоджень шкірки плоду.
	Цукор	—	10	10	—	10	10	—	—	—	—	—	—	—	9,98	9,98	—	37,90	37,90	Білий з блиском, сипучий, без грудочок, солодкий, без сторонніх присмаків і запахів як в сухому цукрі, так і в його водному розчині, розчинність у воді повна.
	Вода	140	193	177	140	193	177	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	Прозора безбарвна рідина, без присмаків і запаху, не містить видимих домішок.
	<b>ВИХІД</b>				<b>150</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>0,19</b>	<b>0,19</b>	<b>0,25</b>	<b>0,19</b>	<b>0,19</b>	<b>0,25</b>	<b>4,89</b>	<b>14,87</b>	<b>16,53</b>	<b>21,15</b>	<b>59,05</b>	<b>66,25</b>	

Технологія приготування

Яблука миють, видаляють насінневі гнізда, нарізають на дольки. Щоб плоди не темніли, їх до варки занурюють в холодну воду. Сироп готують наступним чином: в гарячій воді розводять цукор, доводять до кипіння, проварюють (10-12хв) та проціджують. В підготовлений гарячий сироп занурюють плоди. Яблука варять за слабого кипіння не більше 6-8 хв.

Подають в чашці при температурі 60-65° С.

Характеристика готової страви

**Зовнішній вигляд** – в рідкому сиропі дольки плодів і цілі плоди які зберегли форму.

**Колір** – характерний даному виду плодів.

**Смак і запах** – солодкий, з ароматом використаних плодів.

**Консистенція** – плодів – м'яка.

Мікробіологічні показники безпеки:

**МАФАМ КУО** – не більше 104 в г/см<sup>3</sup>

**БГКП** – 1.0 (г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Патогенний стафілокок** - 1.0 (г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Бактерії роду протей** – 0,1(г/см<sup>3</sup>) не допускаються

**Бактерії кишкової палички** (коліформи в 0,1г продукту) **недозволені**

**Патогенні мікроорганізми, в т.ч. сальмонели** – 25 г/см<sup>3</sup> не допускаються

**Мікробіологічні критерії** – у відповідності до ДСП 4.4.5.078-2001 «Мікробіологічні нормативи та методи контролю продукції громадського харчування» та наказу МОЗ № 548 від 19.07.2012 «Про затвердження Мікробіологічних критеріїв для встановлення безпечності харчових продуктів»; вміст токсичних елементів, пестицидів, мікотоксинів та радіонуклідів нормується у сировині (інгредієнтах).

### **Основні фізичні показники**

Маса страви: 150 г ± 3 %

200г ± 3 %

200г ± 3 %

Бактерії кишкової палички (коліформи в 0,1г продукту) **недозволені**.

**СКЛАВ: сестра медична з дієтичного харчування**

(підпис)

(ім'я, прізвище)

Олена Губа