

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кременевская школа Володарского муниципального округа»
Донецкой Народной Республики

**Региональный этап конкурса
«Лучшая столовая сельской школы - 2025»**

Приготовление школьного завтрака



Правильный завтрак школьника.

Школьники, которые завтракают полноценно, быстрее решают задачи и справляются с трудностями. Завтрак школьника должен включать сложные углеводы. Категорически не подходят булочки, пирожки, сухарики. Идеальным завтраком являются каши. Самые полезные крупы - гречка, рис, овсянка. Полезны на завтрак белки – «строительный материал» для растущего организма и жиры – источник энергии.



Меню требование и меню завтрака

Дата ВТОРНИК		06.05.2025		МЕНЮ ТРЕБОВАНИЕ										СОГЛАСОВАНО				М.Ю. Ермакова	
Кол-во учеников		18		1-4 классы										Директор школы					
Наименование и количество продуктов питания которые закладывается на 1 ученика																			
Меню		филе курицы	соль	мука	томат	лук	морковь	масло слив	соль	крупа греч	огурец	сок	дрожжи	сахар	масло раст				выход
завтрак	гуляш куриный	0,067	0,0004	0,003	0,002	0,002	0,002	0,001	0,0004										100
	каша гречневая		0,0003					0,003	0,0004	0,037									150
	огурец консервированный										0,06								60
	сок											0,2							200
	хлеб домаш пшен.		0,0003	0,04					0,0002					0,0004	0,002	0,002			55
	кол-во 1 ученика	0,067	0,0010	0,043	0,002	0,002	0,002	0,004	0,0010	0,0370	0,0600	0,200	0,0004	0,0020	0,0020	0,000	0,000	0,000	
кол-во к выдаче		1,206	0,018	0,774	0,036	0,036	0,036	0,072	0,018	0,666	1,080	3,600	0,007	0,036	0,036	0,000	0,000	0,000	
цена																			
на сумму																			

кладовщик _____ БУДУР Н.Г.

повар _____ ЧАПЛИ Л.К.

СТОИМОСТЬ д/дня 0,00

СОГЛАСОВАНО
Директор школы М.Ю. Ермакова



МЕНЮ НА 06 мая 2025 Г.

I перемена вторник

ЗАВТРАК			ОБЕД	
1-4 КЛАССЫ			5-11 КЛАССЫ	
	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ
1	гуляш куриный	100	салат витаминный	100
2	каша гречневая	150	суп картофельный с бобами	200
3	огурец консервированный	60	наггетсы куриные	75
4	сок	200	картофель отварной	150
5	хлеб пшеничный	55	кашот из смеси сухофруктов	200
6			хлеб пшеничный	65
7				
8				

БУФЕТНАЯ ПРОДУКЦИЯ	
1	
2	
3	



ДИРЕКТОР ШКОЛЫ
М.Ю. ЕРМАКОВА

Технологические карты завтрака

Составлено
Директор МБОУ СОШ № 14

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ РСФ «ДОПРОМОТ»
МОРОЗ З. С.

Наименование блюда
по сборнику рецептов: **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 24**
КАШИ ВЯЗКИЕ
Сборник рецептов блюд (технологических карт для питания школьников) 2016 г. Раскладка № 190

№ п/п	НАБОР ПРОДУКТОВ	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
1	КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ, ИЛИ ПШЕНИЧНАЯ, ИЛИ ОВСЯНАЯ	250	250	25	25
2	КРУПА ИЛИ РИСОВАЯ, ИЛИ ПЕРЛОВАЯ, ИЛИ ЯЧМЕННАЯ, ИЛИ ИЗ ХЛОПЬЕВ «ГЕРКУЛЕС», ИЛИ МАЛАННА	222	222	22,2	22,2
3	МАССА КАШИ	980			98
4	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	20	20	2	2
ВЫХОД		1000		100	

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ
КРУПА – каждый вид крупы имеет соответствующий цвет, вкус и запах, без посторонних привкусов и запахов затхлости и плесени.
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ – вкус и запах чистые, характерные, без посторонних привкусов и запахов, консистенция плотная, однородная. Цвет от белого до (светло-желтого).
В РЕЦЕПТУРАХ УКАЗАНО МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ РАССЫПЧАТЫХ И ВЯЗКИХ КАШ. ЧАСТЬ КОТОРОГО ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ПРИ ВАРКЕ КАШИ (50%), ОСТАВШЕЕСЯ МАСЛО (50%) ДОБАВЛЯЮТ В ГОТОВУЮ КАШУ.

ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА
Вязкие каши готовят на воде, молоке или молоке с добавлением воды. Рисовая, перловая, овсяная, пшеничная, кукурузные крупы, пшено развариваются медленнее в молоке с добавлением воды, чем в воде. Поэтому сначала эти крупы варят 20-30 мин. в кипящей воде (пшено не менее 10 мин.), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности. Ячневую крупу или хлопья овсяные «Геркулес» засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности. Манную крупу засыпают в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варят 20 мин. Гречневую крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко с водой или воду), добавляют соль, сахар и варят периодически помешивая до тех пор, пока не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности. Молочные вязки каши отпускают в горячем виде с растопленным жиром или посыпают сахаром. Масло сливочное можно положить кусочками.

ОРГАНОЛЕПТИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА КАЧЕСТВА БЛЮДА
ВНЕШНИЙ ВИД: зерна крупы полностью набухшие, хорошо разваренные, не разделяются на тарелке. Каша держится горкой не растекаясь.
ЦВЕТ: гречневая каша – серая с коричневым оттенком; перловая – светло-серая; рисовая – белая, пшеничная, овсяная – от желтого до кремового.
ВКУС И ЗАПАХ: своиственные каше из данного вида крупы с ароматом масла сливочного.
КОНСИСТЕНЦИЯ: вязкая, однородная, без комочков.

ГРЕЧНЕВАЯ				ПШЕНИЧНАЯ			
ВЫХОД 100				ВЫХОД 100			
БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛ
3,10	2,70	15,8	110	3,10	3,20	17,20	160
ПШЕНАЯ				РИС			
ВЫХОД 100				ВЫХОД 100			
БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛ
2,9	3,60	16,2	109	2,4	3,1	25,9	110
ЯЧМЕННАЯ							
ВЫХОД 100							
БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛ				
2,30	3,20	14,40	96				
ПЕРЛОВАЯ							
ВЫХОД 100							
БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛ				
2	3,10	14,50	95				

Составлено
Директор МБОУ РСФ «ДОПРОМОТ»
М.Ю. Ермакова

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ РСФ «ДОПРОМОТ»
МОРОЗ З. С.

Наименование блюда
по сборнику рецептов: **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20**
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся общеобразовательных организаций 2016 г. Раскладка № 311

№ п/п	НАБОР ПРОДУКТОВ	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
1	МЯСО ПТИЦЫ БЕЗКОСТНОЕ (ФИЛЕ)	67,25	62,5	100,88	93,75
2	ТУШКА КУРИНАЯ * БУЛЬОН	145,35	30	218,02	60
МАССА ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ			50		75
3	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,83	0,83	1,25	1,25
4	МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,92	2,92	4,38	1,38
5	ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,67	1,67	2,51	2,51
6	БУЛЬОН или ВОДА	54,17	54,17	81,26	81,26
7	МОРКОВЬ	2,08	1,67	3,12	2,51
8	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2	1,67	3	2,51
9	СОЛЬ	0,42	0,42	0,63	0,63
МАССА ОВОЩЕЙ С СОУСОМ			50		75
* В ПЕРЕЧИСЛЕ НА НОРМЫ ВЫХОДА НЕКОТОРЫХ ПРИ КОМБИНИРОВАННОЙ ОБРАБОТКЕ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ (СООГЛАСНО «СБОРНИКА РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ» Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ, 2003 Г.					
ВЫХОД		100 (50/50)		150 (75/75)	

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ
КУРИЦА, КУРИНА П/Ф, БРОILER ЦЫПЛЕНОКОТДЕЛЬНЫЕ ЧАСТИ: КУРИНЫЕ МЫШЦЫ ТУШЕК ХОРОШО РАЗВИТЫ НА РАЗРЕЗЕ: СЛЕТКА ВЛАЖНАЯ БЛЕДНО-РОЗОВОГО ЦВЕТА, ПОВЕРХНОСТЬ ТУШЕК СУХАЯ БЕЛОВАТО-ЖЕЛТОГО ЦВЕТА, ЗАПАХ СПЕЦИФИЧЕСКИЙ СВОЙСТВЕННЫЙ СВЕЖЕМУ МЯСУ ПТИЦЫ.
КУРИНОЕ ФИЛЕ-ПОВЕРХНОСТЬ ЧИСТАЯ, ВЛАЖНАЯ БЕЗ ПОСТОРОННЕГО ЗАПАХА, СВОЙСТВЕННО СВЕЖЕЙ ПТИЦЫ.
ВОДА - ПРОЗРАЧНАЯ, БЕЗ ОСАДКА, БЕЗ ЗАТХЛОГО, ПЛЕСНЕВОГО И ДРУГИХ ПОСТОРОННИХ ЗАПАХОВ И ПРИВКУСОВ.
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ-ВКУС И ЗАПАХ ЧИСТЫЕ, ХАРАКТЕРНЫЕ, БЕЗ ПОСТОРОННИХ ЗАПАХОВ И ПРИВКУСОВ, ЦВЕТ ОТ БЕЛОГО ДО СВЕТО-ЖЕЛТОГО, КОНСИСТЕНЦИЯ ПЛОТНАЯ, ОДНОРОДНАЯ.
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С - ЦВЕТ БЕЛЫЙ ИЛИ С КРЕМОВЫМ ОТТЕНКОМ, ВКУС СЛЕГКА СЛАДКОВАТЫЙ.
ТОМАТНАЯ ПАСТА - ОДНОРОДНАЯ ТОНКОИЗМЕЛЬЧЕННАЯ МАССА, ВКУС СВОЙСТВЕННЫЙ УВАРЕННОЙ ТОМАТНОЙ МАССЕ, БЕЗ ГОРЧКИ, ЦВЕТ КРАСНЫЙ.
БУЛЬОН - ПРОЗРАЧНЫЙ, БЕЗ ПОСТОРОННИХ ПРИВКУСОВ И ЗАПАХОВ, С ХАРАКТЕРНЫМ МЯСНЫМ ЗАПАХОМ И ВКУСОМ.
МОРКОВЬ - КОРНЕПЛОДЫ СВОΙΚИЕ, ЦЕЛЫЕ, ЗДОРОВЫЕ, ЧИСТЫЕ, НЕУВАЖЕННЫЕ НЕПОВРЕЖДЕННЫМИ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫМИ ВРЕДИТЕЛЯМИ.
ЛУК РЕПЧАТЫЙ - ЛУКОВИЦЫ ВЫЗРЕВШИЕ ЗДОРОВЫЕ ЦЕЛЫЕ, СУХИЕ НЕ ЗАГРЯЗНЕННЫЕ С ХОРОШО ПОДСУШЕННЫМИ ВЕРХУШКАМИ ЧЕШУИ.
СОЛЬ - СЫПЛОЧИН БЕЗ КОМКОВ, ЦВЕТ БЕЛЫЙ С БЛЕСКОМ, РАСТВОРАЕТСЯ В ВОДЕ.

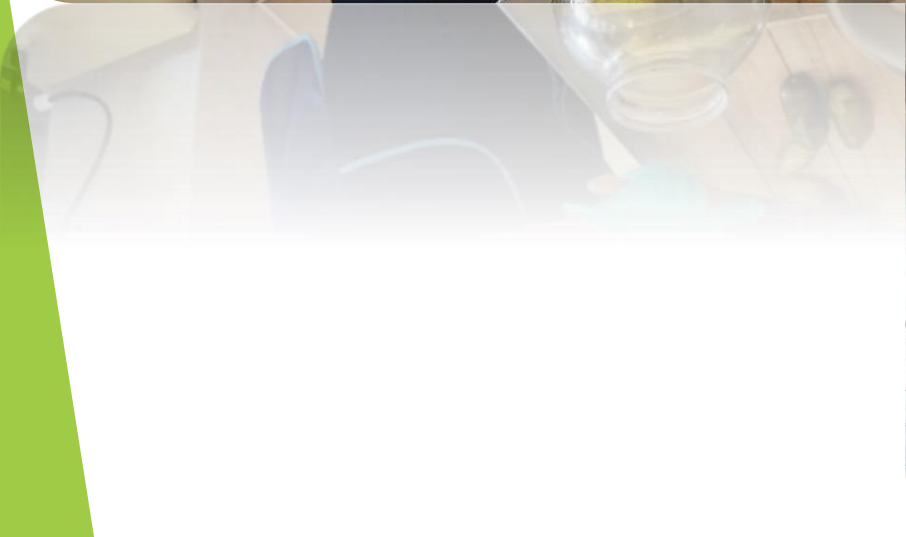
ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА
ПОДГОТОВЛЕННОЕ МЯСО ПТИЦЫ НАРЕЗАЮТ КУБИКОМ, ЗАКЛАДЫВАЮТ В ГОРЯЧУЮ ВОДУ, ДОВОДЯТ ДО КИПЕНИЯ, СНИМАЮТ ОБРАЗОВАВШУЮСЯ НА ПОВЕРХНОСТИ ПЕНУ И ВАРЯТ В ЗАКРЫТОЙ ПОСУДЕ ПРИ СЛАБОМ КИПЕНИИ ДО ГОТОВНОСТИ, ОХЛАЖДАЮТ, БУЛЬОН СНИМАЮТ, ПРОЦЕЖИВАЮТ.
ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СОУСА ТОМАТНОГО: ПОДГОТОВЛЕННЫЕ ЛУК И МОРКОВЬ ИЗМЕЛЬЧАЮТ, ПАСЕРЮЮТ НА МАСЛЕ СЛИВОЧНОМ, ДОБАВЛЯЮТ ТОМАТНУЮ ПАСТУ И ПРОДОЛЖАЮТ ПАСЕРОВАНИЕ В ТЕЧЕНИЕ 10-15 МИНУТ. ПШЕНИЧНУЮ МУКУ ПАСЕРЮЮТ ПРИ НЕПРЕРЫВНОМ ПОМЕШИВАНИИ ДО ПОЯВЛЕНИЯ СВЕТО-ЖЕЛТОГО ЦВЕТА. В ОХЛАЖДЕННУЮ МЯСНУЮ МАССУ ВЛИВАЮТ ГОРЯЧИЙ БУЛЬОН И/ИЛИ ВОДУ (ЧАСТЬ ОТ РЕЦЕПТУРНОЙ НОРМЫ) И ВЫМЕШИВАЮТ ДО ОДНОРОДНОЙ МАССЫ, ЗАТЕМ ПОСТЕПЕННО ДОБАВЛЯЮТ ОСТАВШИЙ БУЛЬОН И/ИЛИ ВОДУ, ДОВОДЯТ ДО КИПЕНИЯ, ЗАТЕМ ВВОДЯТ ПАСЕРОВАННЫЕ С ТОМАТНОЙ ПАСТЫ ОВОЩИ И ВАРЯТ ПРИ СЛАБОМ КИПЕНИИ 20-30 МИНУТ. В КОНЦЕ ВАРКИ ДОБАВЛЯЮТ СОЛЬ.
ОТВАРНОЕ ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАЛИВАЮТ СОУСОМ, ДОВОДЯТ ДО КИПЕНИЯ И ТУШАТ В ТЕЧЕНИЕ 7-10 МИНУТ.

ОРГАНОЛЕПТИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА КАЧЕСТВА БЛЮДА
ВНЕШНИЙ ВИД: КУСОЧКИ МЯСА С ОВОЩАМИ В СОУСЕ.
ЦВЕТ: МЯСО И ОВОЩИ КРАСНОГО ЦВЕТА.
ВКУС И ЗАПАХ: ПРИЯТНЫЕ, СВОЙСТВЕННЫЕ КОМПОНЕНТАМ БЛЮДА.
КОНСИСТЕНЦИЯ: ОВОЩИ И МЯСО МЯГКИЕ, ДОВЕДЕННЫ ДО ГОТОВНОСТИ, ДЕРЖАТ ФОРМУ.

ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 100 (50/50)			
БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛ
17,87	9	2,39	149
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 150 (75/75)			
БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛ
25,41	13,5	3,57	240

Наш сегодняшний завтрак включает в себя : гуляш куриный, каша гречневая, огурец консервированный, сок и пшеничный хлеб.







Приятного аппетита !

