

# **РЕЦЕПТУРЫ - ХОЛОДНЫЕ НАПИТКИ**

**КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ;  
Номер рецептуры: 54-1хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
смесь сухофруктов	26,8	25	0,5	0	13,4	55,6								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	190	190	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>19,8</b>	<b>81</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смесь сухофруктов	0	0	15	0	0,02	0	0	49	2,1	4,3	0,07	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>0,05</b>	<b>0,17</b>	<b>50</b>	<b>2,1</b>	<b>4,3</b>	<b>0,09</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Сухофрукты перебирают, промывают в теплой воде.*

*Подготовленные сухофрукты закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5-2 часа; яблоки 20-30 минут; урюк 18-20 минут; изюм 5-10 минут.*

*Компот охлаждают, процеживают.*

*Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - компот прозрачный; цвет - коричневый; вкус - сладкий; запах и вкус - характерный для компота из сухофруктов.*

**КОМПОТ ИЗ КУРАГИ;**  
**Номер рецептуры: 54-2хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
курага	21,4	20	1	0,1	9,3	41,5								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	202	202	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,1</b>	<b>15,7</b>	<b>66,9</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
курага	0,01	0,03	70	0	0,32	2,58	285	28	18	25	0,56	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,03</b>	<b>70</b>	<b>0</b>	<b>0,32</b>	<b>2,63</b>	<b>285</b>	<b>28</b>	<b>18</b>	<b>25</b>	<b>0,58</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду.*

*Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Для приготовления сахарного сиропа сахар растворяют в горячей воде, доводят воду до кипения.*

*Курагу варят 10-20 минут. Компот охлаждают, процеживают.*

*При отпуске в стакан раскладывают фрукты и заливают отваром.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - сухофрукты сохранили форму и залиты прозрачным компотом; цвет - желтоватый; вкус - сладкий с хорошо выраженным привкусом сухофруктов; запах - вареных сухофруктов.*

**КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА;**  
**Номер рецептуры: 54-3хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
чернослив	26,8	25	0,5	0,2	13,1	55,9								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	202	202	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>19,5</b>	<b>81,3</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
чернослив	0	0,02	1,5	0	0,3	1,9	179	18	22	18	0,65	0,1	0,07	1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>1,5</b>	<b>0</b>	<b>0,3</b>	<b>1,95</b>	<b>179</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	<b>0,67</b>	<b>0,1</b>	<b>0,07</b>	<b>1</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду.*

*Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности.*

*Для приготовления сахарного сиропа сахар растворяют в горячей воде, доводят воду до кипения. Чернослив варят 10-20 минут.*

*Компот охлаждают, процеживают, чернослив раскладывают по стаканам и заливают отваром.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - сироп прозрачный; цвет - темный, насыщенный; вкус - сладкий с хорошо выраженным вкусом сухофруктов; запах - вареных сухофруктов.*

**КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА;**  
**Номер рецептуры: 54-4хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
изюм	20,4	20	0,4	0,1	12	50,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	202	202	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>18,4</b>	<b>75,8</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
изюм	0,02	0,01	0,72	0	0	17,8	138	14	7,3	22	0,52	0,2	0,11	46,8
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,72</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>17,8</b>	<b>138</b>	<b>14</b>	<b>7,3</b>	<b>22</b>	<b>0,54</b>	<b>0,2</b>	<b>0,11</b>	<b>46,8</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Изюм перебирают, удаляя плодоножки, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз.*

*Изюм заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят 10 минут до готовности.*

*Готовый компот разливают по стаканам.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Вкус - сладкий, с выраженным привкусом изюма.*

**КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ;**  
**Номер рецептуры: 54-5хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
вишня	20	18	0,1	0	1,7	7,8								
яблоко	24,6	23	0,1	0,1	2,1	9,3								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>10,2</b>	<b>42,5</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0	0	1,84	0	1,08	2,74	38,3	5,9	4,1	4,7	0,08	0,4	0,02	2,34
яблоко	0	0	0,69	0	0,92	4,54	53,1	3,2	1,8	2,2	0,44	0,5	0,06	1,84
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,53</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>7,33</b>	<b>91,5</b>	<b>9,2</b>	<b>5,9</b>	<b>6,9</b>	<b>0,54</b>	<b>0,8</b>	<b>0,08</b>	<b>4,18</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Вишню (свежую или свежемороженую) перебирают удаляют плодоножки, косточки, промывают.*

*Яблоки моют проточной водой, режут на дольки удаляют семена, измельчают.*

*Варят яблоки при слабом кипении 5-6 минут, добавляют сахар, лимонную кислоту и вишню, доводят до кипения и варят 10-12 минут. Готовый компот охлаждают, процеживают и разливают в стаканы, предварительно разложив туда ягоды и яблоки.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды и яблоки сохранили форму; вкус - кисло-сладкий фруктовый, запах - приятный.*

**КОМПОТ ИЗ ВИШНИ;**  
**Номер рецептуры: 54-6хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
вишня	42,4	40	0,3	0,1	3,9	17,3								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
кислота лимонная	0,2	0,2	0	0	0	0,1								
вода	162	162	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>10,3</b>	<b>42,8</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0,01	0,01	4,08	0	2,4	6,08	85	13	9,1	10	0,17	0,8	0,04	5,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,1	0,01	0,27	0,2	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>4,08</b>	<b>0</b>	<b>2,5</b>	<b>6,14</b>	<b>85,4</b>	<b>13</b>	<b>9,1</b>	<b>10</b>	<b>0,19</b>	<b>0,8</b>	<b>0,04</b>	<b>5,2</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Вишню (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, косточки, моют.*

*Для приготовления сиропа - в горячей воде растворяют сахар, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают.*

*В подготовленный горячий сироп погружают плоды и доводят до кипения, процеживают.*

*Компот охлаждают. Разливают по стаканам и раскладывают ягоды.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - сироп - прозрачный, ягоды с косточками; вкус и запах вишневый.*

**КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ;**  
**Номер рецептуры: 54-7хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
смородина черная	32,1	30	0,3	0,1	2	10								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	168	168	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>8,4</b>	<b>35,4</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смородина черная	0,01	0,01	3,06	0	24	7,3	87,2	9,5	8,1	8,6	0,34	0,3	0,29	5,1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>3,06</b>	<b>0</b>	<b>24</b>	<b>7,35</b>	<b>87,3</b>	<b>9,6</b>	<b>8,1</b>	<b>8,6</b>	<b>0,36</b>	<b>0,3</b>	<b>0,29</b>	<b>5,1</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют.*

*В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Вкус, цвет и запах: сладкий, с выраженным вкусом ягод.*

**КОМПОТ ИЗ МАЛИНЫ;**  
**Номер рецептуры: 54-8хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
малина	21,4	20	0,2	0,1	1,5	7,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	203	203	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>7,9</b>	<b>32,8</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
малина	0	0,01	3,96	0	2	1,52	37,2	7	3,8	6,4	0,21	0,1	0,04	0,6
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0,01</b>	<b>3,96</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>1,57</b>	<b>37,4</b>	<b>7,2</b>	<b>3,8</b>	<b>6,4</b>	<b>0,23</b>	<b>0,1</b>	<b>0,04</b>	<b>0,6</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоду (свежую и свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки.*

*В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.*

**КОМПОТ ИЗ ОБЛЕПИХИ;**  
**Номер рецептуры: 54-9хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	21,4	20	0,2	1	1	13,6								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	203	203	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>1</b>	<b>7,4</b>	<b>39</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0,01	30	0	16	0,61	32	3,9	5,2	1,6	0,24	0,2	0,17	2,38
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0,01</b>	<b>30</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>0,66</b>	<b>32,2</b>	<b>4</b>	<b>5,2</b>	<b>1,6</b>	<b>0,26</b>	<b>0,2</b>	<b>0,17</b>	<b>2,38</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.*

*В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.*

**КОМПОТ ИЗ ЧЕРНИКИ;**  
**Номер рецептуры: 54-10хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
черника	21,4	20	0,2	0,1	1,4	7,3								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	203	203	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>7,8</b>	<b>32,7</b>								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
черника	0	0	0	0	0,8	0,91	8,47	2,8	1	2,3	0,12	2,2	0,02	14,8
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,8</b>	<b>0,96</b>	<b>8,64</b>	<b>2,9</b>	<b>1</b>	<b>2,3</b>	<b>0,14</b>	<b>2,2</b>	<b>0,02</b>	<b>14,8</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.*

*В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.*

**КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ;****Номер рецептуры: 54-11хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	21,4	20	0,1	0,1	1,5	7,3								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	203	203	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>7,9</b>	<b>32,7</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,96	0	1,2	1,06	14,9	4,4	1,2	2,8	0,07	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,96</b>	<b>0</b>	<b>1,2</b>	<b>1,11</b>	<b>15,1</b>	<b>4,5</b>	<b>1,2</b>	<b>2,8</b>	<b>0,09</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ термической обработки:** варка.**Технология приготовления:***Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют.**В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.**Температура подачи: 20 градусов С.***Характеристика блюда на выходе:***Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.*

**КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ;****Номер рецептуры: 54-12хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
клюква	21,4	20	0,1	0	0,7	3,4								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	203	203	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>7,1</b>	<b>28,8</b>								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	1,2	0,15	19,8	2,5	2,6	1,9	0,1	0	0,02	2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,2</b>	<b>19,9</b>	<b>2,6</b>	<b>2,6</b>	<b>1,9</b>	<b>0,12</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>2</b>

**Способ термической обработки:** варка.**Технология приготовления:***Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют.**В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды (замороженные) и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.**Температура подачи: 20 градусов С.***Характеристика блюда на выходе:***Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.*

**НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА;**  
**Номер рецептуры: 54-13хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
шиповник (сухой)	21,4	20	0,6	0,2	8,8	39,9								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	230	230	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>65,3</b>								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
шиповник (сухой)	0,01	0,05	98	0	80	1,67	8,3	11	3	3	0,52	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>98</b>	<b>0</b>	<b>80</b>	<b>1,72</b>	<b>8,47</b>	<b>11</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 мин. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус: сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах – свойственные шиповнику.

**КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ С МЁДОМ;  
Номер рецептуры: 54-14хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
смородина черная	32,1	30	0,3	0,1	2	10								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
вода	165	165	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>9,3</b>	<b>39,5</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смородина черная	0,01	0,01	3,06	0	24	7,3	87,2	9,5	8,1	8,6	0,34	0,3	0,29	5,1
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>3,06</b>	<b>0</b>	<b>24</b>	<b>8,06</b>	<b>90,1</b>	<b>11</b>	<b>8,4</b>	<b>10</b>	<b>0,41</b>	<b>0,5</b>	<b>0,29</b>	<b>15,1</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют.

В горячей воде растворяют мед, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут.

Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий смородиновый; запах - смородиновый.

**КОМПОТ ИЗ МАЛИНЫ С МЁДОМ;  
Номер рецептуры: 54-15хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность									
	брутто	нетто	г	г	г	ккал									
малина	21,4	20	0,2	0,1	1,5	7,4									
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5									
вода	203	203	0	0	0	0									
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>8,8</b>	<b>36,9</b>									
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)									
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
малина	0	0,01	3,96	0	2	1,52	37,2	7	3,8	6,4	0,21	0,1	0,04	0,6	
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10	
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0,01</b>	<b>3,96</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>2,28</b>	<b>40,2</b>	<b>8,3</b>	<b>4,1</b>	<b>8</b>	<b>0,28</b>	<b>0,3</b>	<b>0,04</b>	<b>10,6</b>	

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки.*

*В горячей воде растворяют мед, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий, малиновый; запах - малиновый.*

**КОМПОТ ИЗ ОБЛЕПИХИ С МЁДОМ;  
Номер рецептуры: 54-16хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	21,4	20	0,2	1	1	13,6								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
вода	203	203	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>1</b>	<b>8,3</b>	<b>43,1</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0,01	30	0	16	0,61	32	3,9	5,2	1,6	0,24	0,2	0,17	2,38
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0,01</b>	<b>30</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>1,37</b>	<b>35</b>	<b>5,1</b>	<b>5,5</b>	<b>3,1</b>	<b>0,31</b>	<b>0,4</b>	<b>0,17</b>	<b>12,4</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.*

*В горячей воде растворяют мед, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий облепиховый; запах - облепиховый.*

**КОМПОТ ИЗ ЧЕРНИКИ С МЁДОМ;  
Номер рецептуры: 54-17хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
черника	21,4	20	0,2	0,1	1,4	7,3								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
вода	203	203	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>8,7</b>	<b>36,8</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
черника	0	0	0	0	0,8	0,91	8,47	2,8	1	2,3	0,12	2,2	0,02	14,8
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,8</b>	<b>1,67</b>	<b>11,5</b>	<b>4,1</b>	<b>1,3</b>	<b>3,8</b>	<b>0,19</b>	<b>2,4</b>	<b>0,02</b>	<b>24,8</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.*

*В горячей воде растворяют мед, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий черничный; запах - черничный.*

**КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ С МЁДОМ;**  
**Номер рецептуры: 54-18хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	21,4	20	0,1	0,1	1,5	7,3								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
вода	203	203	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>8,8</b>	<b>36,8</b>								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,96	0	1,2	1,06	14,9	4,4	1,2	2,8	0,07	0	0	0
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,96</b>	<b>0</b>	<b>1,2</b>	<b>1,82</b>	<b>17,9</b>	<b>5,6</b>	<b>1,5</b>	<b>4,4</b>	<b>0,14</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>10</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.*

*В горячей воде растворяют мед, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий брусничный; запах - брусничный.*

**КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С МЁДОМ;  
Номер рецептуры: 54-19хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
клюква	21,4	20	0,1	0	0,7	3,4								
мед пчелиный	10	10	0,1	0	7,3	29,5								
вода	203	203	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>32,9</b>								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	1,2	0,15	19,8	2,5	2,6	1,9	0,1	0	0,02	2
мед пчелиный	0	0	0	0	0	0,76	2,99	1,2	0,3	1,6	0,07	0,2	0	10
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,91</b>	<b>22,7</b>	<b>3,7</b>	<b>2,9</b>	<b>3,5</b>	<b>0,17</b>	<b>0,2</b>	<b>0,02</b>	<b>12</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют.*

*В горячей воде растворяют мед, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий; запах - клюквы.*

**КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ;**  
**Номер рецептуры: 54-20хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
апельсин	73,5	50	0,4	0,1	3,7	17,2								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
кислота лимонная	0	0	0	0	0	0								
вода	160	160	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>14,4</b>	<b>59,7</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
апельсин	0,01	0,01	2,4	0	12	4,94	81,8	15	5,7	10	0,13	1	0,22	8,5
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,01	0	0,03	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>2,4</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	<b>5,26</b>	<b>82,7</b>	<b>17</b>	<b>5,7</b>	<b>14</b>	<b>0,15</b>	<b>1</b>	<b>0,22</b>	<b>8,5</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Апельсины моют, очищают от кожуры. Удаляют семена, протирают, отжимают сок.*

*Из цедры и оставшейся после отжима мякоти плодов готовят отвар, цедру и мякоть заливают закипевшей водой и оставляют в закрытой посуде на 2 часа, процеживают.*

*К процеженному отвару добавляют сахар, доводят до кипения, вводят крахмал, разведенный в охлажденной кипяченой воде (1 часть крахмала на 5 частей отвара), добавляют отжатый сок, лимонную кислоту и вновь доводят до кипения.*

*Кисель охлаждают и разливают в стаканы.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет - оранжевый; вкус и запах - апельсиновый.*

**КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ;****Номер рецептуры: 54-21хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	21,4	20	0,1	0,1	1,5	7,3								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3								
вода	190	190	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>14,9</b>	<b>60,7</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,96	0	1,2	1,06	14,9	4,4	1,2	2,8	0,07	0	0	0
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,08	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,96</b>	<b>0</b>	<b>1,2</b>	<b>1,41</b>	<b>15,9</b>	<b>6,7</b>	<b>1,2</b>	<b>6,8</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ термической обработки:** варка.**Технология приготовления:**

*Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают.*

*Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.*

*Кисель охлаждают и разливают в стаканы.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:** Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - брусничные.

**КИСЕЛЬ ИЗ ВИШНИ;**  
**Номер рецептуры: 54-22хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
вишня	25,4	24	0,2	0	2,3	10,4								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>13</b>	<b>52,9</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0,01	0,01	2,45	0	1,44	3,65	51	7,8	5,4	6,3	0,1	0,5	0,02	3,12
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>2,45</b>	<b>0</b>	<b>1,44</b>	<b>3,97</b>	<b>51,9</b>	<b>10</b>	<b>5,4</b>	<b>10</b>	<b>0,12</b>	<b>0,5</b>	<b>0,02</b>	<b>3,12</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, освобождают от косточек, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают.

Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Кисель охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - вишневый.

**КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ;**  
**Номер рецептуры: 54-23хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
смородина черная	25,7	24	0,2	0,1	1,6	8								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>12,3</b>	<b>50,5</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
смородина черная	0,01	0,01	2,45	0	19,2	5,84	69,7	7,6	6,5	6,9	0,27	0,2	0,23	4,08
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>2,45</b>	<b>0</b>	<b>19,2</b>	<b>6,16</b>	<b>70,6</b>	<b>9,8</b>	<b>6,5</b>	<b>11</b>	<b>0,29</b>	<b>0,2</b>	<b>0,23</b>	<b>4,08</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают.*

*Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.*

*Кисель охлаждают и разливают в стаканы.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - ягодный.*

**КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ;****Номер рецептуры: 54-24хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	25,7	24	0,3	1,1	1,2	16,3								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>1,1</b>	<b>11,9</b>	<b>58,8</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0,01	0,01	36	0	19,2	0,73	38,5	4,7	6,3	1,9	0,29	0,3	0,2	2,86
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>36</b>	<b>0</b>	<b>19,2</b>	<b>1,05</b>	<b>39,4</b>	<b>6,9</b>	<b>6,3</b>	<b>5,9</b>	<b>0,31</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>2,86</b>

**Способ термической обработки:** варка.**Технология приготовления:**

Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают.

Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Кисель охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - ягодный.

**КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ;****Номер рецептуры: 54-25хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
клюква	21,4	20	0,1	0	0,7	3,4								
крахмал картофельный	6	6	0	0	4,3	17,1								
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3								
вода	190	190	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>14,1</b>	<b>56,8</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	1,2	0,15	19,8	2,5	2,6	1,9	0,1	0	0,02	2
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,27	0,75	2,1	0	4	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,08	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,5</b>	<b>20,8</b>	<b>4,8</b>	<b>2,6</b>	<b>5,9</b>	<b>0,13</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>2</b>

**Способ термической обработки:** варка.**Технология приготовления:**

Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают.

Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Кисель охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - ягодный.

**КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С СИРОПОМ СТЕВИИ;****Номер рецептуры: 54-26хн-2020 (от 7 до 11 лет) – для детей с сахарным диабетом**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
яблоко	45,2	40	0,2	0,1	3,6	16,1								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
кислота лимонная	0,2	0,2	0	0	0	0,1								
вода	172	172	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>5,1</b>	<b>22</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яблоко	0,01	0,01	1,2	0	1,6	7,9	92,3	5,6	3,1	3,8	0,77	0,8	0,11	3,2
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
кислота лимонная	0	0	0	0	0,1	0,01	0,27	0,2	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>1,2</b>	<b>0</b>	<b>1,7</b>	<b>7,91</b>	<b>92,6</b>	<b>5,9</b>	<b>3,2</b>	<b>3,9</b>	<b>0,77</b>	<b>0,8</b>	<b>0,11</b>	<b>3,2</b>

**Способ термической обработки:** варка.**Технология приготовления:**

Яблоки перебирают, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают тонкими ломтиками. Яблочные ломтики заливают горячей водой, варят 10-15 минут и процеживают. Отвар доводят до кипения, и варят 2-3 мин. Охлаждают и разливают в стаканы, порционно добавляют сироп.

Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - сироп прозрачный, яблоки сохранили форму; вкус - кисло-сладкий фруктовый, запах - приятный.

**НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА С СИРОПОМ ШИПОВНИКА НА СОРБИТЕ;  
Номер рецептуры: 54-27хн-2020 (от 7 до 11 лет) – для детей с сахарным диабетом**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
шиповник (сухой)	21,4	20	0,6	0,2	8,8	39,9								
сироп шиповник на сорбите	5	5	0	0	3,6	14,6								
вода	230	230	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0,2</b>	<b>12,4</b>	<b>54,5</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
шиповник (сухой)	0,01	0,05	98	0	80	1,67	8,3	11	3	3	0,52	0	0	0
сироп шиповник на сорбите	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>98</b>	<b>0</b>	<b>80</b>	<b>1,67</b>	<b>8,3</b>	<b>11</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>0,52</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают, для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 мин. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают. Охлаждают и разливают в стаканы, порционно добавляют сироп.

Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - сироп прозрачный; вкус - кисло-сладкий, запах - приятный.

## НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ С СИРОПОМ СТЕВИИ;

Номер рецептуры: 54-28хн-2020 (от 7 до 11 лет) – для детей с сахарным диабетом

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
облепиха	21,4	20	0,2	1	1	13,6								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
вода	201,5	201,5	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>1</b>	<b>2,5</b>	<b>19,4</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
облепиха	0	0,01	30	0	16	0,61	32	3,9	5,2	1,6	0,24	0,2	0,17	2,38
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0,01</b>	<b>30</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>0,61</b>	<b>32</b>	<b>3,9</b>	<b>5,2</b>	<b>1,6</b>	<b>0,24</b>	<b>0,2</b>	<b>0,17</b>	<b>2,38</b>

**Способ термической обработки:** варка.

### Технология приготовления:

Подготовленные ягоды (свежие или свежемороженые) промывают кипяченной водой через дуршлаг, протирают и отжимают сок. Ягоду заливают горячей водой, варят 5-8 минут и процеживают. Отвар, доводят до кипения, вливают отжатый сок и охлаждают. При отпуске сироп кладут в каждую порцию. Напиток можно подавать как в охлажденном, так и в горячем виде.

Температура подачи: 20 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный; вкус - кисло-сладкий, запах - приятный.

**КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СВЕЖИХ ЯГОД С СИРОПОМ СТЕВИИ (БРУСНИКА, МАЛИНА, СМОРОДИНА);**

**Номер рецептуры: 54-29хн-2020 (от 7 до 11 лет) – для детей с сахарным диабетом**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
брусника	21,4	20	0,1	0,1	1,5	7,3								
малина	21,2	20	0,2	0,1	1,5	7,4								
смородина черная	21,4	20	0,2	0,1	1,3	6,7								
сироп на стевии	5	5	0	0	1,5	5,8								
вода	150	150	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,3</b>	<b>5,8</b>	<b>27,2</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
брусника	0	0	0,96	0	1,2	1,06	14,9	4,4	1,2	2,8	0,07	0	0	0
малина	0	0,01	3,96	0	2	1,52	37,2	7	3,8	6,4	0,21	0,1	0,04	0,6
смородина черная	0	0,01	2,04	0	16	4,86	58,1	6,3	5,4	5,7	0,23	0,2	0,19	3,4
сироп на стевии	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>6,96</b>	<b>0</b>	<b>19,2</b>	<b>7,44</b>	<b>110</b>	<b>18</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>0,51</b>	<b>0,3</b>	<b>0,23</b>	<b>4</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоды (свежие или свежемороженые) тщательно промыть, ошпарить, довести до кипения и варить 5-10 минут, оставить на несколько часов, чтобы компот настоялся. При отпуске в стакан кладут ягоды, сироп и заливают отваром.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:** Внешний вид - сироп прозрачный; вкус - кисло-сладкий, запах - приятный.

**КОМПОТ ИЗ ВИШНИ С МЁДОМ;**  
**Номер рецептуры: 54-30хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
вишня	21,2	20	0,2	0	1,9	8,6								
мед пчелиный	15	15	0,1	0	11	44,3								
вода	203	203	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>12,9</b>	<b>52,9</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0	0	2,04	0	1,2	3,04	42,5	6,5	4,5	5,2	0,09	0,4	0,02	2,6
мед пчелиный	0	0	0	0	0	1,14	4,48	1,9	0,4	2,4	0,1	0,3	0	15
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,04</b>	<b>0</b>	<b>1,2</b>	<b>4,18</b>	<b>47</b>	<b>8,4</b>	<b>4,9</b>	<b>7,6</b>	<b>0,19</b>	<b>0,7</b>	<b>0,02</b>	<b>17,6</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, моют, удаляют косточки и плодоножки.*

*Подготовленные ягоды протирают и отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, варят 5-8 мин. и процеживают. В отвар добавляют мед, доводят до кипения, вливают отжатый сок и охлаждают. Разливают в стаканы.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - сироп - прозрачный, ягоды без косточек; вкус и запах - вишневый с медом.*

**КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ;**  
**Номер рецептуры: 54-31хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сахар-песок	7	7	0	0	6,36	25,4								
клубника	21,4	20	0,09	0	0,87	3,9								
вода	203	203	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,09</b>	<b>0</b>	<b>7,23</b>	<b>29,3</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
клубника	0	0	0	0	1,2	1,82	19,8	2,5	1,4	1,9	0,1	0,2	0,1	3,6
вода	0	0	0	0	0	0	0	63	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,2</b>	<b>1,87</b>	<b>19,9</b>	<b>65</b>	<b>1,4</b>	<b>1,9</b>	<b>0,12</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>3,6</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, моют, удаляют плодоножки. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают.

Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус -сладкий; цвет - насыщенный и яркий; запах – выраженный, ягод.

**КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК;**  
**Номер рецептуры: 54-32хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
яблоко	45,2	40	0,15	0,14	3,57	16,1								
сахар-песок	7	7	0	0	6,36	25,4								
вода	170	170	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,15</b>	<b>0,14</b>	<b>9,93</b>	<b>41,5</b>								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет,эquiv; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яблоко	0,01	0,01	1,2	0	1,6	7,9	92,3	5,6	3,1	3,8	0,77	0,8	0,1	3,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,05	0,17	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	52	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>1,2</b>	<b>0</b>	<b>1,6</b>	<b>7,95</b>	<b>92,5</b>	<b>58</b>	<b>3,1</b>	<b>3,8</b>	<b>0,79</b>	<b>0,8</b>	<b>0,1</b>	<b>3,2</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют яблоки, варят при слабом кипении 10-12 минут. Компот охлаждают, разливают по стаканам, предварительно разложив туда яблоки.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Вкус - кисло-сладкий с ароматом яблок; цвет - светлый.*

**НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ;**  
**Номер рецептуры: 54-33хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
апельсин	32,3	22	0,2	0	1,6	7,6								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	220	220	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>33</b>								
Пищевая продукция	Витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
апельсин	0,01	0,01	1,06	0	5,28	2,2	36	6,6	2,5	4,4	0,06	0,4	0,1	3,7
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>1,06</b>	<b>0</b>	<b>5,28</b>	<b>2,2</b>	<b>36</b>	<b>6,7</b>	<b>2,5</b>	<b>4,4</b>	<b>0,08</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>3,7</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Цедру, снятую с апельсина, мелко нарезают, заливают горячей водой, кипятят в течение 5 мин, а затем оставляют на 3-4 ч для настаивания. После процеживания в отвар добавляют сахар, предварительно растворенный в воде и процеженный, доводят до кипения, вливают отжатый апельсиновый сок и охлаждают.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Консистенция - жидкая; цвет - светло-оранжевый; вкус – кисло-сладкий; запах - выражен аромат цитрусовых.*

**КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ;**  
**Номер рецептуры: 54-34хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
яблоко	56,5	50	0,2	0,2	4,5	20,2								
лимон	7,5	7	0,1	0	0,2	1,1								
сахар-песок	7	7	0	0	6,4	25,4								
вода	180	180	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>11,1</b>	<b>46,7</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
яблоко	0,01	0,01	1,5	0	2	9,9	115	7	3,9	4,8	0,96	1	0,13	4
лимон	0	0	0,08	0	1,12	0,6	9,5	2,5	0,7	1,3	0,04	0	0,02	0,7
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,1	0	0	0,02	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>1,58</b>	<b>0</b>	<b>3,12</b>	<b>11</b>	<b>125</b>	<b>10</b>	<b>4,7</b>	<b>6,1</b>	<b>1,02</b>	<b>1</b>	<b>0,15</b>	<b>4,7</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

Яблоки перебирают, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают тонкими ломтиками. С лимонов снимают цедру, мякоть нарезают ломиками острым ножом. Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают. Подготовленные яблоки и цедру заливают горячей водой, варят 10-15 минут и процеживают. В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, закладывают лимон, доводят до кипения и варят 2-3 минуты. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам.

Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус кисло- сладкий с ароматом яблок и лимона, цвет светло-желтый.

**КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (ВАРИАНТ 2);  
Номер рецептуры: 54-35хн-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3								
смесь сухофруктов	21,4	20	0,4	0	10,7	44,5								
вода	190	190	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>19,8</b>	<b>80,8</b>								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,08	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
смесь сухофруктов	0	0	12	0	0,02	0	0	40	1,7	3,5	0,05	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>0,08</b>	<b>0,25</b>	<b>40</b>	<b>1,7</b>	<b>3,5</b>	<b>0,08</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ термической обработки:** варка.

**Технология приготовления:**

*Сухофрукты перебирают, промывают в теплой воде.*

*Подготовленные сухофрукты закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5-2 часа; яблоки 20-30 минут; урюк 18-20 минут; изюм 5-10 минут.*

*Компот охлаждают, процеживают.*

*Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.*

*Температура подачи: 20 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - компот прозрачный; цвет - коричневый; вкус - сладкий; запах и вкус - характерный для компота из сухофруктов.*