

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 40 компенсирующего вида»

# *Рецепты детских блюд*

Кухня детского сада

г. Ухта

# Предисловие

Уважаемые родители, предлагаем Вам «заглянуть» на кухню детского сада и узнать, как и что готовят для ваших детей наши повара. В этой книге мы делимся с вами несколькими простыми рецептами из меню детского сада с фотографиями и описанием технологии приготовления детских блюд.

Меню детского сада продумано диетологами до мелочей. И мы будем очень рады, если вы захотите использовать рецепты детского сада при составлении детского меню у себя дома!

# Содержание

## Салаты

- Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком
- Салат из белокочанной капусты с морковью

## Каша

- Каша «Дружба»
- Каша молочная кукурузная жидкая

## Первые блюда

- Суп картофельный с клецками
- Суп картофельный с мясными фрикадельками
- Уха с крупой
- Рассольник ленинградский
- Суп крестьянский с крупой

## Вторые блюда

- Запеканка из печени с рисом
- Тефтели из говядины с рисом (ежики)
- Гуляш из говядины
- Котлеты, биточки, шницели
- Рыба тушенная в томате с овощами
- Рыба запеченная в омлете
- Омлет натуральный
- Плов из отварной птицы
- Пудинг из творога
- Запеканка из творога
- Жаркое по-домашнему
- Картофельная запеканка с мясом
- Гороховое пюре с маслом

## Выпечка

- Крендель сахарный
- Шанежка с картофелем

# Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком



Технико - технологическая  
**№ 71**  
карта

100,3 ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Картофель - 47,67
- Огурцы соленые - 30
- Горошек зеленый консервы - 17,03
- Лук репчатый - 5,04
- Масло подсолнечное рафинированное - 6

## Технология приготовления:

Картофель варят, очищают, нарезают тонкими ломтиками. Соленые огурцы очищают, нарезают тонкими ломтиками, репчатый лук шинкуют, добавляют консервированный зеленый горошек, предварительно прокипяченный в собственном соку, заправляют растительным маслом.

Салат укладывают горкой.

# Салат из белокочанной капусты с морковью

Технико - технологическая  
№ 2  
карта



133  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Капуста белокочанная - 84,8
- Морковь - 10,08
- Масло подсолнечное рафинированное - 10
- Сахар песок - 5
- Лимонная кислота - 0,1

## Технология приготовления:

Капусту шинкуют тонкой соломкой (1.5\*15 мм), морковь натирают или шинкуют тонкой соломкой (2\*15мм), кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока. Затем заправляют сахаром, лимонной кислотой, растительным маслом, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

# Каша «Дружба»

Технико - технологическая  
№ 266

карта



199,4  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Крупа рисовая - 14,85
- Крупа пшеничная - 11
- Масло сладко-сливочное несоленое - 10
- Сахар песок - 5
- Молоко пастер.3,5% - 102

## Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают водой несколько раз, пшено ошпаривают. Крупы сначала варят отдельно, закладывая в кипящую воду. Пшено отваривают 15 минут, воду сливают. Рис отваривают до полуготовности. Крупу соединяют, заливают теплым молоком, добавляют сахар, йодированную соль, доводят до кипения, варят при слабом кипении до поглощения жидкости над поверхностью крупы, затем емкость ставят на водяную баню или в пароварочный шкаф и доводят до готовности.

# Каша молочная кукурузная жидкая

Технико - Технологическая  
№ 271  
карта



113,9  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Вода - 86
- Сахар песок - 5
- Молоко пастер. 3,5% жирности - 100
- Крупа кукурузная - 40
- Масло сладко-сливочное несоленое - 5

## Технология приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20 - 30 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, йодированную соль, сахар и варят кашу до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Необходимость вливать кипящее молоко вызвана тем, что нельзя прерывать процесс варки, иначе время его значительно возрастет.

# Суп картофельный с клецками



64,0  
ккал  
(1 порц)



Технико - Технологическая  
№ 151  
карта

## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Картофель - 46,73
- Морковь - 9,96
- Лук репчатый - 10,08
- Масло подсолнечное рафинир - 2,5
- Клецки готовые на выход - 25

## Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут нарезанный брусочками картофель и варят 5 минут, затем кладут нарезанные морковь, лук, припущенные с добавлением масла и варят еще 10 минут, клецки варят отдельно в подсоленной воде небольшими порциями. При отпуске в тарелку с супом кладут клецки.

Клецки: в воду или бульон кладут йодированную соль, масло, доводят до кипения, помешивая, высыпают просеянную муку и проваривают тесто, продолжая помешивать, 10 минут, затем охлаждают, добавляют в три приема яйца, хорошо перемешивают. Тесто закатывают в виде жгута и нарезают кружочками массой 10 г, закладывают в кипящую подсоленную воду ( 5 л на 1 кг), варят 7 мин, откидывают и сразу же раскладывают в тарелки, не хранят.

# Суп картофельный с мясными фрикадельками



Технико - Технологическая  
№ 154  
карта

100,3  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Картофель - 93,28
- Лук репчатый - 10,08
- Масло подсолнечное рафинированное - 2,5
- Фрикадельки мясные готовые - 25
- Морковь - 9,69
- Томатное пюре - 2,5

## Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут нарезанный брусочками картофель.

Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассерованный репчатый лук. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассированное томатное пюре, специи, соль.

Фрикадельки припускают в небольшом количестве воды до готовности и хранят в бульоне, перед отпуском еще раз доводят до кипения. При отпуске в тарелку кладут горячие фрикадельки и наливают суп.

Фрикадельки: мясо измельчают 2-3 раза на мясорубке, добавляют мелко рубленый бланшированный лук, яйцо, соль, воду, массу тщательно перемешивают, формируют шарики массой 7-9 г.

# Уха с крупой

Технико - технологическая

№ 158

карта



150,3  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Рыба горбуша потрошенная с головой - 103,85
- Картофель - 117
- Лук репчатый - 19,8
- Масло сладко-сливочное несоленое - 10
- Крупа перловая - 29,7
- Укроп - 8,5

## Технология приготовления:

Овощи хорошо промывают и очищают. Из голов и костей варят бульон и процеживают. В кипящий бульон закладывают подготовленную крупу перловую (сваренную до полуготовности), картофель (нарезанный кубиками) лук (нарезанный кубиками) и варят. За 15 минут до готовности ухи кладут подготовленные порции рыбы, заправляют солью и доводят до готовности. По окончании варки в уху кладут масло сливочное.

# Рассольник ленинградский

Технико - технологическая

№ 139

карта



94,7  
ккал  
(1 порц)



## *Ингредиенты (на 1 порц, г)*

- Курица 1 кат. потрошенная - 45
- Морковь - 7,75
- Масло подсолнечное рафинир - 11
- Огурцы соленые - 13,4
- Картофель - 56
- Крупа перловая - 4
- Лук репчатый - 4,03

## *Технология приготовления:*

Крупу перловую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. Соленые огурцы очищают от кожицы и при необходимости, удаляют семена. В этом случае норма расхода огурцов (масса брутто), приведенная в рецептурах, увеличивается. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве бульона или воды 10-15 мин. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, варят 10 мин., добавляют картофель, нарезанный брусочками, припущенную со сливочным или растительным маслом морковь, пассерованный репчатый лук, через 5-10 мин. вводят припущенные огурцы, йодированную соль и варят еще 10 мин. В конце варки заправляют сметаной и зеленью, доводят до кипения.

# Суп крестьянский с крушой

Технико - технологическая  
№ 160  
карта



106,8  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- |   |                               |
|---|-------------------------------|
| - Капуста белокочанная - 30             | - Картофель - 23,28           |
| - Крупа - 9,9                           | - Морковь - 9,96              |
| - Лук репчатый - 10,08                  | - Курица 1 кат. потрошен - 45 |
| - Масло подсолнечное рафинированное - 5 |                               |

## Технология приготовления:

Крупу перловую, ячневую, овсяную, пшеничную, перебирают, промывают несколько раз меняя воду. Крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают.

В кипящий бульон закладывают подготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут капусту, нарезанную шашками, картофель, нарезанный кубиками. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук и варят суп до готовности. В конце варки заправляют сметаной и зеленью, доводят до кипения.

# Запеканка из печени с рисом

Технико - технологическая  
№ 294  
карта



287,3  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- |  |                        |
|--|------------------------|
| - Говяжья печень - 113                 | - Крупа рисовая - 23   |
| - Лук репчатый - 45                    | - Яйца куриные - 12,88 |
| - Масло сладко-сливочное несоленое - 5 |                        |

## Технология приготовления:

Печень промывают в холодной воде, снимают пленку, вырезают внутренние кровеносные сосуды. Подготовленную печень нарезают, пропускают через мясорубку. Из рисовой крупы варят рассыпчатую кашу на воде и охлаждают до 60-70 °С. Очищенный и промытый репчатый лук мелко нарезают и припускают с маслом сливочным. Измельченную печень соединяют с рассыпчатой кашей, добавляют припущенный лук, яйца, соль и перемешивают. На смазанный жиром противень кладут приготовленную массу, поверхность смазывают яйцом и запекают. При отпуске запеканку нарезают по 1 куску на порцию. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом или соусом сметанным.

# Тефтели из говядины с рисом «ёжики»

Технико - технологическая  
№ 395  
карта



2912,8  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- |  |                        |
|--|------------------------|
| - Говядина б/к - 45,75                 | - Крупа рисовая - 5,94 |
| - Мука пшеничная в/с - 5               | - Лук репчатый - 20,58 |
| - Масло слад.-сливочное несоленое - 10 |                        |

## Технология приготовления:

Рис перебирают, варят рассыпчатую рисовую кашу, лук нарезают мелким кубиком, бланшируют, пассеруют. Мясо измельчают на мясорубке с двойной мелкой решеткой или дважды. В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рассыпчатый рис, хорошо перемешивают, разделяют в виде шариков по 2 штуки на порцию (по 42 г). Шарик панируют в муке, обжаривают на противне до образования легкой корочки, заливают соусом и тушат в жарочном шкафу при температуре 160 - 200 С 10-15 мин. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились и гарниром.

# Гуляш из говядины

Технико - технологическая

№ 373

карта



311,4  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- |  |                      |
|--|----------------------|
| - Говядина б/к - 113                     | - Лук репчатый - 14  |
| - Масло сладко-сливочное несоленое - 6,5 | - Томатное пюре - 11 |
| - Мука пшеничная высш. сорт - 3,7        | - Масса соуса - 50   |

## Технология приготовления:

Крупные куски мяса, отваренные до полуготовности, нарезают кубиками по 20-30 г, слегка обжаривают, заливают горячей водой, добавляют пассированное томатное пюре, бланшированный, пассерованный лук и тушат в закрытой посуде около часа. Затем бульон сливают. Муку пассеруют без изменения цвета, постепенно разводят охлажденным до 55 °С бульоном, проваривают 7-10 мин. Процеживают, протирая лук.

Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 мин.

Отпускают вместе с соусом, в котором тушилось мясо, и гарниром.

Гарниры: каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, овощи отварные, припущенные, тушеные

# Котлеты, биточки, шницели



291,9  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Говядина б/к- 87
- Хлеб пшеничн. формовой - 19
- Масло сладко-слив. несоленое - 7
- Молоко пастеризов. 3,5% - 23

## Технология приготовления:

Зачищенное мясо измельчают на мясорубке, соединяют с пшеничным хлебом без корок, замоченным в молоке или воде, добавляют йодированную соль, перемешивают и вторично пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты - овально приплюснутой формы толщиной 1,5-2 см, биточки - кругло-приплюснутой формы толщиной 2 - 2,5 см или шницели - плоскоооальной формы толщиной 1 см. Изделия панируют в сухарях или в белой сухой панировке и обжаривают на раскаленной сковороде с жиром, нагретым до температуры 150-160 С 3-5 мин с двух сторон до образования легкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250-280 С в течении 5- 7 мин. Готовность определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности изделий, затем проверяют на разрезе.

# Рыба, тушенная в томате с овощами

Технико - технологическая  
№ 349

карта



209,8  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Рыба горбуша потрошенная с головой - 80,64
- Петрушка (зелень) - 4,75
- Томатная паста - 9
- Морковь - 24,8
- Лук репчатый - 14,28
- Сахар-песок - 2,5
- Масло подсолнечное рафинированное - 7,5

## Технология приготовления:

Рыбу разделывают на филе с кожей без костей , нарезают под углом 90 по одному куску на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник слоями: слой рыбы, слой овощей и т.д. Овощи нарезаны соломкой. Заливают водой или бульоном, сваренным из рыбных отходов, доводят до кипения, добавляют пассированные томат - пюре, сахар, йодированную соль, закрывают крышкой и тушат до готовности - 45 - 50 мин. За 5 минут до готовности вводят специи. Рыбу отпускают с гарниром и соусом, в котором рыба тушилась.

# Рыба, запеченная в омлете



Технико - технологическая  
№ 343  
карта

212,8  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Рыба горбуша потрошенная с головой - 60
- Яйца куриные - 26,16
- Мука пшеничная (в.с.) - 5 (+2,6)
- Молоко пастер. 3,5% - 10
- Масло подсолнечное рафинированное - 7

## Технология приготовления:

Рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают по 1 куску на порции под углом 30 - 40 градусов, панируют в муке с солью, жарят основным способом. Жареную рыбу укладывают в противень, разогретый с маслом, пересыпают пассированным луком и заливают смесью яиц и молока с подсушенной мукой, запекают при температуре 250 С 10-15 мин. Можно приготовить без репчатого лука, соответственно убавив выход.

Отпускают с гарниром, можно посыпать мелко нарезанной зеленью ( 2-3 г нетто на порцию)

Гарниры: картофель отварной, картофельное пюре.

# Омлет натуральный



Технико - Технологическая  
№ 307  
карта

11,2  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Яйца куриные (шт) - 4,03
- Молоко пастериз. 3,5% - 2,5
- Масло сладко-сливочное несоленое - 0,25

## Технология приготовления:

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами, яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, йодированную соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или на противень слоем 2,5-3 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200 С 8-10 мин до образования легкой румяной корочки. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 шт. и соединять с общей массой. Перед подачей нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают растопленным сливочным маслом.

# Плов из отварной птицы



167,8  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- |                                     |                           |
|-------------------------------------|---------------------------|
| - Курица 1 кат. потрошенная - 207,5 | - Масло растительное - 11 |
| - Лук репчатый - 18,48              | - Морковь - 10,85         |
| - Крупа рисовая - 48,51             | - Бульон - 104            |

## Технология приготовления:

Подготовленных кур отваривают целиком, отделяют мякоть, нарезают кубиками, заливают бульоном и кипятят 3-5 минут. Оставляют в бульоне. Морковь нарезают кубиками, припускают с маслом, добавляют бланшированный рубленый лук, бульон в соответствии с рецептурой, йодированную соль и доводят до кипения. Всыпают подготовленную рисовую крупу и варят до загустения. Посуду плотно закрывают крышкой и плов доводят до готовности при умеренном нагреве в течении 35-40 мин.(на водяной бане). При отпуске плов укладывают в тарелку горкой, так чтобы сверху была отварная мякоть кур. При расчете воды следует учесть, что в рисе при его промывании остается вода в количестве 15% от массы риса.

# Тудинг из творога

Технико - технологическая

№ 234

карта



288,6  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- |  |                           |
|--|---------------------------|
| - Сметана 20 % - 12,5                  | - Сахар песок - 10        |
| - Творог 5,0% - 75                     | - Соль йодированная - 0,4 |
| - Мука пшеничная высш.сорт - 3,75      | - Яйца куриные - 10,06    |
| - Крупа манная - 8                     | - Изюм - 10               |
| - Масло сладко сливочное несоленое - 3 | - Ванилин - 0,01          |

## Технология приготовления:

В протертый творог добавляют манную крупу, яичные желтки, растертые с сахаром, перебранный, промытый в теплой воде и обсушенный изюм, ванилин, соль и перемешивают. Затем вводят в массу взбитые яичные белки, помещают в емкость, смазанную сливочным маслом, и варят на пару 20-30 мин.

# Запеканка из творога



Технико - технологическая

№ 319

карта

353,8  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Творог 5% - 141
- Крупа манная - 9,7
- Яйца куриные - 4,03
- Сахар песок - 9,7
- Ванилин - 0,015
- Сметана 20% - 5,2
- Масло сладко-сливочное несоленое - 5,2

## Технология приготовления:

В горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 мин. Протертый творог смешивают с мукой или заваренной и охлажденной манной вязкой кашей. Добавляют сырые яйца, сахар, йодированную соль. Подготовленную массу выкладывают в смазанный сливочным маслом противень слоем 3-4 см. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 250 С до образования корочки, затем в камере с температурой 180-200 С до готовности 15 мин. Готовность определяют по уплотнению структуры - запеканка отделяется от стенок противня. Запеканку отпускают с вареньем, сладким молочным соусом или фруктовым соусом.

# Жаркое по-домашнему

Технико - технологическая  
№ 374  
карта



382,4  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- |  |                      |
|--|----------------------|
| - Говядина б/к - 113,25                | - Картофель - 106,4  |
| - Лук репчатый - 14,7                  | - Томатная паста - 7 |
| - Масло сладко-сливочное несоленое - 7 |                      |

## Технология приготовления:

Мясо нарезают ломтиками поперек волокон по 2 куска на порцию массой по 30-40 г, картофель и лук - кубиками. Затем мясо обжаривают до образования легкой румяной корочки, лук бланшируют и пассеруют, картофель обжаривают до полуготовности. Обжаренное мясо и овощи кладут в сотейник слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют пассированное томатное пюре, соль, перец и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 10-15 минут до окончания тушения кладут лавровый лист.

# Картофельная запеканка с мясом



Технико - технологическая  
№ 382  
карта

434,7  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Говядина б/к - 114
- Картофель - 154
- Масло сладко-сливочное несоленое - 10
- Масса отварного мяса - 70
- Яйца куриные - 4,03

## Технология приготовления:

Отварную говядину нарезают кусками по 75-100 г, пропускают через мясорубку, заправляют размягченным сливочным маслом, солью. Кладут на смазанный маслом противень слоем 2-3 см и прогревают, помешивая, в жарочном шкафу при температуре 160-180 С. в течении 8-10 мин.

Картофель заливают горячей водой, добавляют соль и варят до готовности, воду сливают, картофель обсушивают при закрытой крышке на огне 10-20 сек. Сваренный картофель протирают и делят на две части.

Одну часть кладут на смазанный маслом противень слоем 1-1,5 см, разравнивают. Затем кладут ровным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивания картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течении 25-30 мин при температуре 250-280 С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски.

# Пюре из гороха с маслом



Технико - технологическая  
№ 108  
карта

119,68  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- Горох - 70
- Масло сливочное - 5

## Технология приготовления:

Бобовые промывают, замачивают в холодной воде в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой (2,5 л. на 1 кг. бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но не прерывном кипении 60-90 мин. Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того, как горох станет полностью мягким, варку прекращают, отвар сливают, горох протирают, добавляют соль. Масло можно добавлять в само пюре, или порционно в каждую порцию

# Крендель сахарный

Технико - технологическая  
№ 574

карта



286,9  
ккал  
(1 порц)



## Ингредиенты (на 1 порц, г)

- |   |                             |
|---|-----------------------------|
| - Мука пшеничная (в.с.) - 42              | - Сахар песок - 12 (+4,5)   |
| - Дрожжи - 0,3                            | - Соль йодированная - 0,23  |
| - Яйца куриные - 5,76 (+1,2)              | - Масло растительное - 0,38 |
| - Масло сладко сливочное несоленое - 10,5 |                             |

## Технология приготовления:

Крендель сахарный выпекают из дрожжевого теста, приготовленного опарным способом. Готовое тесто разделяют в виде шариков, которые раскатывают в жгуты и формируют в виде кренделя (восьмерок). Изделия складывают на лист, смазанный жиром, и дают расстояться. После расстойки изделие смазывают яйцом и посыпают сахаром. Выпекают при температуре 230-240 С в течении 10-15 минут.

# Шанежки с картофелем



186,3  
ккал  
(1 порц)

Технико - технологическая  
№ 572  
карта



## *Ингредиенты (на 1 порц, г)*

- Масло слад.-сливочное несол. - 1,75 (тесто) + 3,3 (начинка)
- Яйца куриные (шт) - 3,1 (тесто) + 3,1 (начинка)
- Молоко пастер. 3,5% - 13,5 (тесто) + 13,2 (начинка)
- Мука пшеничная высш.сорт - 36
- Сахар песок - 1,5
- Дрожжи - 1,1
- Сметана 20% - 0,6
- Масло для смазки готовых изделий - 0,9
- Мука на подпыл - 0,9
- Соль йодирован - 0,5
- Картофель отварной - 41
- Масло растительное - 0,2

## *Технология приготовления:*

Тесто готовят безопарным способом. Готовое тесто делят на куски массой 53 г и раскатывают в шарики. Через 5 минут раскатывают и укладывают на противни, смазанные жиром. Оставляют для расстойки на 30-40 минут. После расстойки на тесто кладут картофельную массу, полностью покрывая поверхность. Перед выпечкой поверхность лепешек смазывают яично- сметанной смесью и выпекают при температуре 230-240 С в течении 10 минут.

Готовые шанежки смазывают сливочным маслом.

Картофельная масса: очищенный картофель заливают горячей водой, добавляют, соль, варят до готовности при закрытой крышке и слабом кипении. Отвар сливают, картофель обсушивают и горячим протирают. Добавляют горячее растопленное масло, кипящее молоко, массу перемешивают, взбивают, постепенно добавляя яйца.

**Составители:  
авторский коллектив  
МДОУ «Д/с № 40»**

**Оформитель:  
Кандаурова Наталья  
Сергеевна, старший  
воспитатель**