

2021-2022  
навчальний рік

Страви від  
шеф-кухарів  
шкіл міста Києва

Куряче філе зі спеціями (орегано, прованські трави) та курагою на шпажці

М'ясо та курага нанизуються на шпажку та запікається у духовій шафі

Категорія	Маса продуктів та сировини		Вартість продуктів та сировини на один порцію (г)		Вартість продуктів та сировини на один порцію (грн)		Технологічна карта		Кількість випуску з фургетом		Витрати		Експериментальна облік (квдр)		Технологічний вимоги щодо продукції та сировини			
	Маса продуктів та сировини	Маса продуктів та сировини	Маса продуктів та сировини	Маса продуктів та сировини	Витрати	Витрати	Витрати	Витрати	Витрати	Витрати	Витрати	Витрати	Витрати	Витрати				
Супи повсякденні	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6
Супи повсякденні	22	22	27,5	22	22	27,5	2,53	3,16	0,73	0,73	0,91	14,78	14,78	18,44	76,56	76,56	95,70	
Супи повсякденні	22	22	27,5	22	22	27,5	2,53	3,16	0,73	0,73	0,91	14,78	14,78	18,44	76,56	76,56	95,70	
Супи повсякденні	7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,14	0,14	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,18	5,18	6,22	
Супи повсякденні	28	35	23,5	23,5	26,5	0,11	0,11	0,11	0,11	0,11	2,91	2,91	3,64	12,66	12,66	15,71	15,71	
Супи повсякденні	7,5	9	7,5	7,5	9	0,17	0,17	0,21	0,00	0,00	4,50	4,50	5,40	18,15	18,15	21,78	21,78	



Шеф-кухар спеціалізованої школи № 85

Людмила Д'ячкова

Шашлик курячий з прованськими травами

Голосіївський район



*Рис з апельсинами,  
яблуками та  
сухофруктами*

*Усе тушкують у сковороді з товстим дном і високими  
прямими боками.*

*При подачі ризотто  
декорують шматочками  
апельсина і сумішшю  
сухофруктів*

Маса продуктів та сировини	Вироби		Технологічна карта		Кількість продуктів (г)		Витрати		Експлуатаційна		Технологічний вміст	
	Маса продуктів	Маса сировини	Вироби	Технологічна карта	Кількість продуктів	Кількість продуктів	Витрати	Витрати	Витрати			
Рис	1-3	3-4	4-6	7-9	1-3	3-4	4-6	7-9	1-3	3-4	4-6	7-9
Масло соняшниче	22	22	27,5	22	22	27,5	22	27,5	22	27,5	22	27,5
Сіль	36,5	36,5	45,5	36,5	36,5	45,5	36,5	45,5	36,5	45,5	36,5	45,5
Цукор	22	22	27,5	22	22	27,5	22	27,5	22	27,5	22	27,5
Вода	80	80	100	80	80	100	80	100	80	100	80	100
Апельсин	7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	7,5	9	7,5	9	7,5	9
Яблуко	28	28	35	28	28	35	28	35	28	35	28	35
Сухофрукти	7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	7,5	9	7,5	9	7,5	9



**Шеф-кухар  
Ліцей  
«Голосіївський»  
№241**

**Малько  
Олексій**

**Ризотто з фруктами**

**Голосіївський район**

*Пудинг із манної крупи з банановим пюре*

*Готову масу виливають на деко та запікають у духовій шафі*

Технологічна карта  
Кухня випічки з фруктами

Позначка	Назва продукції та сировини	Вихідні складові		Технологічна карта		Відходи	Витрати	Експлуатаційна ціна (коп.)	Технологічний вимоги до якості продукції та сировини
		Маса (кг)	Маса (г)	Маса (кг)	Маса (г)				
2.5%	Манна крупа	1.3	1.4	1.3	1.4	1.3	1.4	1.3	1.4
2.5%	Бананове пюре	22	22	22	22	22	22	22	22
2.5%	Яйця	16.5	16.5	16.5	16.5	16.5	16.5	16.5	16.5
2.5%	Цукор	22	22	22	22	22	22	22	22
2.5%	Молоко	80	80	80	80	80	80	80	80
2.5%	Масло	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5
2.5%	Сода	28	28	28	28	28	28	28	28
2.5%	Ваніль	9	9	9	9	9	9	9	9



**Шеф-кухар  
ЗЗСО № 333**

**Ткаченко  
Роман**

**Манний пудинг**

**Дарницький район**



Філе куряче у панірувальних сухарях

Сформувати невеликі приплюснуті прямокутники з курячого філе та хліба, замоченого в молоці. Обваляти у борошні, збитому яйці та панірувальних сухарях. Випікати у духовій шафі

Маса продуктів та сировини	Вироби		Технологічна карта		Кількість продуктів та сировини		Витрати		Витрати		Витрати		Витрати		Витрати		Витрати		Витрати	
	Маса продуктів та сировини	Маса виробу	Маса продуктів та сировини	Маса виробу	Маса продуктів та сировини	Маса виробу	Маса продуктів та сировини	Маса виробу	Маса продуктів та сировини	Маса виробу	Маса продуктів та сировини	Маса виробу	Маса продуктів та сировини	Маса виробу	Маса продуктів та сировини	Маса виробу	Маса продуктів та сировини	Маса виробу	Маса продуктів та сировини	Маса виробу
1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6
22	22	27,5	22	22	27,5	22	22	27,5	22	22	27,5	22	22	27,5	22	22	27,5	22	22	27,5
36,5	36,5	45,5	36,5	36,5	45,5	36,5	36,5	45,5	36,5	36,5	45,5	36,5	36,5	45,5	36,5	36,5	45,5	36,5	36,5	45,5
22	22	27,5	22	22	27,5	22	22	27,5	22	22	27,5	22	22	27,5	22	22	27,5	22	22	27,5
7,5	7,5	9	80	80	100	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
28	35	23,5	23,5	23,5	29,5	0,11	0,14	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,18	5,18	6,22	19,65	19,65	23,58
7,5	9	7,5	7,5	9	0,17	0,17	0,21	0,00	0,00	0,00	4,50	4,50	5,40	18,15	18,15	21,70	—	—	—	—



Нагетси курячі з соусом каркаде



Шеф-кухар  
Скандинавська  
гімназія  
Яценко  
Катерина

Дарницький район

Філе риби, рис, морква,  
зелений горошок,  
кукурудза

Страва готується на  
пароконвектоматі та  
подається на овочевій  
подушці

Код	Назва продукції та сервісу	Вартість продукції та сервісу		Міра		Технологічна карта		Кількість продукції та сервісу		Вартість продукції та сервісу		Технологічний процес		Технологічний процес			
		Міра	Міра	Міра	Міра	Міра	Міра	Міра	Міра	Міра	Міра	Міра	Міра	Міра	Міра		
1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6
22	22	27,5	22	22	27,5	2,53	3,16	0,73	0,73	0,91	14,78	14,78	18,48	76,56	76,56	95,70	95,70
22	22	27,5	22	22	27,5	—	1,28	0,91	0,91	1,14	1,71	1,71	2,13	18,98	18,98	23,61	23,61
80	80	100	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,14	0,14	0,16	0,00	0,00	0,00	5,18	5,18	6,22	19,65	19,65	23,59
28	35	23,5	23,5	26,5	0,11	0,11	0,11	0,11	0,11	2,91	2,91	3,64	12,60	12,60	15,71	15,71	15,71
7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,17	0,17	0,21	0,00	0,00	4,50	4,50	5,40	18,15	18,15	21,78	21,78



Шеф-кухар  
ЗЗСО №263

Малашенко  
Юлія

Рибні завиванці на овочевій  
сальсі з гарніром рису та овочами

Деснянський район



*Філе куряче з помідором під сметаною та тертим сиром*

*Запікають у пароконвектоматі до рум'яної скоринки*

Маса продуктів та сировини	Витрати продуктів та сировини на один порцію (г)		Технологічна карта		Кількість виробів з фургетями		Витрати		Експлуатаційна обсяг (кг/год)		Технологічний вимоги щодо якості продукції та сировини								
	Маса продуктів	Маса сировини	Білок	Жири	Витрати	Витрати	Витрати	Витрати											
2,5%	22	22	27,5	22	22	27,5	2,5	3,16	0,73	0,73	0,91	14,78	18,48	76,56	76,56	95,70	18,98	18,98	23,58
80	80	80	100	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
7,5	7,5	9	7,5	9	0,14	0,14	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	5,18	5,18	6,22	19,65	19,65	23,58	—	—
28	35	23,5	23,5	26,5	0,11	0,11	0,11	0,11	0,11	0,11	0,11	2,91	2,91	3,64	12,60	12,60	15,71	—	—
7,5	9	7,5	9	0,17	0,17	0,21	0,00	0,00	0,00	4,50	4,50	5,40	18,15	18,15	21,70	—	—	—	—



**Шеф-кухар  
ЗЗСО №264**

**Лисенко  
Олена**

**М'ясо під сиром**

**Деснянський район**

*Сформовані напівфабрикати у вигляді палички, панірують в борошні, змащують сметаною та запікають в духовій шафі*

*Філе риби, без шкіри та кісток, сир, яйця, сіль, борошно.*

Маса продуктів та сировини	Важелі продуктів та сировини на один порцію (г)		Технологічна карта												Технологічний вимоги властивості та сировини				
	Маса продуктів	Маса сировини	Білок						Хімічна складова продуктів (г)							Енергетична цінність (ккал)			
			1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6					
2,5%	22	22	27,5	22	27,5	2,53	3,16	0,73	0,73	0,91	1,47	1,71	2,13	18,98	18,98	23,56	76,36	95,70	
80	80	100	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,14	0,14	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,18	5,18	6,22	19,65	19,65	23,58
28	35	23,5	23,5	26,5	0,11	0,11	0,11	0,11	0,11	2,91	2,91	3,64	12,60	12,60	15,7	—	—	—	—
7,5	9	7,5	7,5	9	0,17	0,17	0,21	0,00	0,00	0,00	4,50	4,50	5,40	18,15	18,15	21,70	—	—	—



**Шеф-кухар  
НВК № 209  
«Сузір'я»**

**Небрат  
Оксана**

**Палички рибні з сиром (запечені)**

**Дніпровський район**



*Страва запікається у духовій шафі. За бажанням у гарбузову суміш додаємо цедру апельсина*

*Сирна маса з гарбузом, яблуками та корицею.*

Маса продуктів та сировини	Вироби з картоплі та сировини		Технологічна карта	
	Маса виробу (г)	Маса сировини (г)	Кількість картоплі (г)	Кількість сировини (г)
2,5%	1-3	3-4	4-6	7-9
22	22	27,5	22	27,5
36,5	36,5	48,5	36,5	48,5
22	22	27,5	22	27,5
7,5	7,5	9	7,5	9
28	35	23,5	23,5	26,5
7,5	9	7,5	9	10



**Шеф-кухар  
СШ № 246**

**Куба  
Людмила**

**Запіканка гарбузово-яблучна з сиром**

**Дніпровський район**

*Філе курки відбити.  
Сформувати з інгредієнтів  
рулетики, паніруємо в муці,  
обсмажуємо на пательні.  
Завиванці заливаємо  
сметанним соусом і  
тушкуємо у духовній шафі.*

*Філе куряче, прованські  
трави, борошно, сіль та  
спеції за смаком*

Маса продуктів та сировини	Накриття продуктів та сировини		Технологічна карта														
	Маса продуктів	Маса сировини	Каша вівсяна з фруктами						Хмичини з фаршем								
Група показника	1-3	3-4	4-6	1-3	3-4	4-6	Білок		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність (ккал)	Технологічний вміст продуктів та сировини			
							Даних (г)	Даних (г)	Даних (г)	Даних (г)	Даних (г)	Даних (г)					
2,5%	22	22	27,5	22	22	27,5	2,53	3,16	0,73	0,73	0,91	14,78	14,78	18,48	76,56	76,56	95,70
22	22	27,5	22	22	27,5	—	1,28	0,91	0,91	1,14	1,71	2,13	18,98	18,98	23,61	—	—
7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,14	0,14	0,16	0,00	0,00	0,00	5,18	5,18	6,22	19,65	19,65	23,58
28	33	23,5	23,5	26,5	0,11	0,11	0,11	0,11	0,11	2,91	2,91	3,64	12,60	12,60	15,71	—	—
7,5	9	7,5	7,5	9	0,17	0,17	0,21	0,00	0,00	4,50	4,50	5,40	18,15	18,15	21,70	—	—



**Вертуни з куриного філе  
«Равлики»**



**Оболонський район**

**Шеф-кухар  
НВК №240  
«Соціум»**



На деко викладається сирна маса, розрівнюється, зверху кладеться морквяна суміш та змащується сметаною.

Кисломолочний сир та морква  
Випікаєти в духовці

Маса продуктів та сировини	Вироби вироблені та сировини		Технологічна карта	
	Маса виробу (г)	Маса сировини (г)	Кількість випічки (шт)	Витрати
Маса виробу (г)	1-3	3-4	4-6	7-9
Маса сировини (г)	22	22	27,5	22
Маса сировини (г)	36,5	36,5	45,5	45,5
Маса сировини (г)	22	22	27,5	22
Маса сировини (г)	7,5	7,5	9	9
Маса сировини (г)	28	35	23,5	26,5
Маса сировини (г)	7,5	9	0,17	0,21



Шеф-кухар  
ЗЗСО № 8

Запіканка з морквою

Оболонський район

Перець свіжий, м'ясо свинини, рис, яйце куряче, сир твердий, зелень, спеції

Страва готується на пароконвектоматі та подається на овочевій подушці

Страви запікаються у духовій шафі



Частини	Маса продуктів та сировини	Технологічна карта										Категорія продукції	
		М'ясо свинини		Рис		Яйце куряче		Сир твердий		Зелень			Спеції
1	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
2	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200
3	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
4	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
5	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500
6	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600
7	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700
8	800	800	800	800	800	800	800	800	800	800	800	800	800
9	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900
10	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000



Шеф-кухар  
СШ №181

Науменко  
Наталія

Перець фарширований «по-печерськи»

Печерський район



*Картопля, борошно пшеничне, яйця, фарш: грудка куряча з бройлерів, цибуля ріпчаста, сіль, рослинна олія*

*Складові страви викладають на пательню шарами: картопляну масу, всередину фарш; знову закривають картопляною масою, смажать з обох боків до утворення рум'яної шкірки. Доводять до готовності в духовці*

Код продукції	Виробничий код		Технологічна карта	
	Місяць	День	Назва	Кількість
1-3	3-4	4-6	1-3	3-4
17	17	17	17	17
22	22	22	22	22
27	27	27	27	27
31	31	31	31	31
36	36	36	36	36
41	41	41	41	41
46	46	46	46	46
51	51	51	51	51
56	56	56	56	56
61	61	61	61	61
66	66	66	66	66
71	71	71	71	71
76	76	76	76	76
81	81	81	81	81
86	86	86	86	86
91	91	91	91	91
96	96	96	96	96



**Шеф-кухар**  
**ЗЗСО № 45**

**Хрусткі деруни зі сметаною і деруни з м'ясом**

**Подільський район**

Сир кисломолочний,  
цукор, манна крупа,  
яйця, масло вершкове,  
какао, молоко

Змішати всі  
інгредієнти, вимісити  
та розкласти у форму.  
Випікати у духовій  
шафі або  
пароконвектоматі.

Маса продуктів та сировини	Вироби з сировини та сировини		Технологічна карта	
	Маса продуктів	Маса сировини	Кількість виробів	Кількість сировини
Манна крупа	1-3	3-4	1-3	3-4
Сир кисломолочний	22	22	22	22
Цукор	36,5	36,5	36,5	36,5
Яйця	22	22	22	22
Масло вершкове	80	80	80	80
Молоко	7,5	7,5	7,5	7,5
Какао	0,17	0,17	0,17	0,17



Сирний мафін у шоколадній глазури  
"Ранкова насолода"



Шеф-кухар  
ЗЗСО № 242

Подільський район



*Філе куряче, сухарі панірувальні, яйце куряче, молоко, борошно пшеничне, сир, перець, олія.*

*Запанірувати філе в борошні або крохмалі і сухарях. Запикати в духовій шафі*



**Котлета по-міланськи з сиром**

*Філе куряче, перець чорний мелений, сіль, борошно пшеничне, яйця курячі, панірувальні сухарі*

*Спочатку обвалюють шматки м'яса у борошні, потім у яйцях і у панірувальних сухарях. Запикати в духовій шафі*



**Стіки курячі**



**Святошинський район**



Технологічна карта  
Київська область  
Київська область

Назва продукції та її варіанти	Кількість складових продуктів (г)												Енергетична цінність (ккал)
	М'ясо куряче (фр.)				М'ясо свиняче (фр.)				Вегетарианські продукти				
1-3	3-4	4-6	6-8	1-3	3-4	4-6	6-8	1-3	3-4	4-6	6-8	1-3	3-4
М'ясо куряче	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22
М'ясо свиняче	36,5	36,5	41,5	36,5	36,5	41,5	1,00	1,00	1,28	0,91	0,91	1,14	1,21
Молоко 2,5%	22	22	27,5	22	22	27,5	—	—	—	—	—	—	—
Яйца	80	80	80	80	80	80	—	—	—	—	—	—	—
Масло тваринне	7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,14	0,14	0,16	0,00	0,00	0,00	5,18
Рослинна	—	—	—	—	—	—	0,11	0,11	0,14	0,11	0,11	0,11	2,91
Сіль	28	28	35	28,5	28,5	28,5	0,11	0,11	0,14	0,11	0,11	0,11	2,91
Сухарі	7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,17	0,17	0,21	0,00	0,00	0,00	4,50

**Шеф-кухар  
ЗЗСО № 200**

Куряче філе, сир  
твердий, свіжі томати,  
вершове масло, молоко,  
борошно

Філе куряче фарширується  
сиром та запікається.  
Подається з соусом  
«Бешамель» та свіжими  
томатами.



Шеф-кухар  
ЗЗСО № 203

Ольга  
Шальнєва

Куряче філе з сиром під соусом «Бешамель»

Святошинський район



Технологічна карта  
Каша пшоняна з фруктами

Назва продуктів та їх норми	Матеріальні витрати на виробництво						Витрати на енергозатрати								
	Відходи	Відходи	Відходи	Відходи	Відходи	Відходи	Відходи	Відходи	Відходи	Відходи	Відходи				
Молоко 2,5%	36,5	36,5	41,5	36,5	36,5	41,5	1,00	1,00	1,28	0,91	0,91	1,14	1,21	1,21	1,08
Вода	22	22	27,2	22	22	27,2	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Масло вершкове	80	80	80	80	80	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Рисовий	7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,14	0,14	0,16	0,00	0,00	0,00	5,18	5,18	6,23
Жирів	28	28	35	28,5	28,5	35	0,31	0,31	0,34	0,11	0,11	0,11	2,91	2,91	3,47
Спеції	7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,17	0,17	0,21	0,00	0,00	0,00	4,50	4,50	5,37





*Стегно куряче без кістки,  
вода питна, сіль йодована,  
імбир сухий мелений, соус  
«Гірчиця»*

*Філе куряче, панірувальні  
сухарі, яйце куряче, молоко,  
сіль йодована, борошно  
пшеничне, лимонний сік,  
перець чорний мелений*

*Страви запікаються у духовій шафі*



**Куряче стегно у гірчичному  
соусі з овочевим салотом**

**Курячий шніцель**



**Шеф-кухар  
«Технологічного  
ліцею»**

**Чорнюк  
Віра**

**Шевченківський район**



№ рецепта	Назва продуктів та їх кількість	Технологічна карта										Енергетична цінність (ккал)	
		Каши пшеничні з фаршем											
		Хлібний сирок (100г)					Вуглеводи						
1	Маса оризів з сирком	1,3	3,4	4,6	1,3	3,4	4,6	1,3	3,4	4,6	1,3	3,4	4,6
2	Крупа гречана	22	22	27,5	22	22	27,5	2,83	2,83	3,16	0,75	0,75	0,91
3	Молоко 2,5%	36,5	36,5	45,5	36,5	36,5	45,5	1,00	1,00	1,28	0,91	0,91	1,14
4	Яйца	22	22	27,5	22	22	27,5	—	—	—	—	—	—
5	Маса сирого сирку	80	80	100	80	80	100	—	—	—	—	—	—
6	Рисовий	7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,14	0,14	0,16	0,00	0,00	0,18
7	Желатин	28	28	35	28,5	28,5	35,5	0,11	0,11	0,11	0,11	0,11	0,11
8	Желатин	7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,17	0,17	0,21	0,00	0,00	0,26



*Інгредієнти змішуються  
й готуються у  
пароконвектоматі*

*Булгур з  
тушкованим м'ясом,  
овочами та зеленню*



**Далія «по-шевченківськи»**



**Шеф-кухар  
ЗЗСО №41**

**Білоусова  
Лариса**

**Шевченківський район**



Технологічна карта  
Каша пшенична з фруктами

Назва продукту та сорту	Відварити кашу на паровій ванні (градуси С)				Відварити кашу на воді (градуси С)				Відварити кашу на молоці (градуси С)				Енергетична цінність (ккал)	
	1-3	3-4	4-6	6-8	1-3	3-4	4-6	6-8	1-3	3-4	4-6	6-8		
Крупа пшенична	1,3	3,4	4,3	3,4	1,3	3,4	4,3	3,4	1,3	3,4	4,3	3,4	4,6	7,5
Молоко 2,5%	22	22	25,0	22	22	27,0	22,5	2,5	3,10	0,25	0,75	0,9	1,34	1,75
Вода	36,5	36,5	45,5	36,5	45,5	1,00	1,28	0,99	0,99	1,34	1,75	2,15	18,06	18,06
Маса готової каші	22	22	27,0	22	22	27,0	80	80	100	—	—	—	—	—
Рисовий	7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,14	0,14	0,16	0,00	0,00	0,00	5,18	5,18
Яблука	28	28	35	23,5	23,5	28	0,11	0,11	0,11	0,11	0,11	0,11	2,91	2,91
Цукор	7,5	7,5	9	7,5	7,5	9	0,17	0,17	0,21	0,00	0,00	0,00	4,50	4,50



*Смачного!*

---