**УТВЕРЖДАЮ:**
Заведующий МБДОУ Детский сад № 28
«Ветерок»
_____ Е.Э.Шнейдер

**Технологическая карта №_79**

Наименование изделия: Запеканка из творога с рисом.
Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд» 1994г.
Химический состав и пищевая ценность: https://health-diet.ru/base_of_food/sostav/13594.php

*Рецептура (раскладка продуктов) на 110/130 грамм нетто блюда:*

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, 110 г | Нетто, 110 г | Брутто, 130 г | Нетто, 130 г |
|---|---|---|---|---|
| Крупа рис 1 сорт | 7 | | 8 | |
| Молоко 3,2% | 15 | | 20 | |
| Вес припущенного риса | | 20 | | 25 |
| Творог 9% | 80 | 80 | 100 | 100 |
| Яйцо столовое | 10 | 10 | 12 | 12 |
| Сахар - песок | 10 | 10 | 10 | 10 |
| Соль | 0,5 | 0,5 | 0,6 | 0,6 |
| Сливочное масло 72% | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Масло подсолнечное | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Итого масса готового блюда | | 110 | | 130 |

*Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):*

| Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН | Содержание питательных веществ на 110 грамм блюда | Содержание питательных веществ на 130 грамм блюда |
|---|---|---|
| Белки, г | 16,7 | 20,7 |
| Жиры, г | 13,1 | 15,4 |
| Углеводы, г | 18,4 | 20,5 |
| Калорийность, ккал | 259,8 | 306,9 |
| В1, мг | 0,046 | 0,057 |
| В2, мг | 0,284 | 0,354 |
| С, мг | 0,49 | 0,62 |
| Са, мг | 159,17 | 200,29 |
| Fe, мг | 0,714 | 0,871 |

Технология приготовления

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную рисовую вязкую кашу, часть сливочного размягченного масла, йодированную соль, все перемешивают и вводят взбитые белки. Массу выкладывают в формы, смазанные маслом, слоем 3-4 см, поверхность смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу 10 мин при температуре 250 °С, затем 15-20 минут при температуре 200 °С.
Подают с соусом молочным сладким или фруктовым.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного-двух часов с момента приготовления.

**Шеф-повар/повар:**_____

**УТВЕРЖДАЮ:**
Заведующий МБДОУ Детский сад № 28
«Ветерок»
_____ Е.Э.Шнейдер

**Технологическая карта № 77**

Наименование изделия: Запеканка из творога с манной крупой.
Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд» 1994г.
Химический состав и пищевая ценность: https://health-diet.ru/base_of_food/sostav/13594.php

*Рецептура (раскладка продуктов) на 110/130 грамм нетто блюда:*

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, 110 г | Нетто, 110 г | Брутто, 130 г | Нетто, 130 г |
|---|---|---|---|---|
| Крупа манная | 6 | | 7 | |
| Молоко 3,2% | 15 | | 20 | |
| Вода | 13 | | 17,5 | |
| Вес манки | | 20 | | 25 |
| Творог 9% | 80 | 80 | 100 | 100 |
| Яйцо столовое | 10 | 10 | 12 | 12 |
| Сахар - песок | 10 | 10 | 10 | 10 |
| Соль | 0,5 | 0,5 | 0,6 | 0,6 |
| Сливочное масло 72% | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Масло подсолнечное | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Вес массы | | 125 | | 150 |
| Итого масса готового блюда | | 110 | | 130 |

*Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):*

| Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН | Содержание питательных веществ на 110 грамм блюда | Содержание питательных веществ на 130 грамм блюда |
|---|---|---|
| Белки, г | 17,64 | 20,8 |
| Жиры, г | 12,5 | 14,6 |
| Углеводы, г | 7,4 | 18,9 |
| Калорийность, ккал | 251,2 | 294,4 |
| В1, мг | 0,052 | 0,063 |
| В2, мг | 0,282 | 0,354 |
| С, мг | 0,49 | 0,974 |
| Са, мг | 158,73 | 199,26 |
| Fe, мг | 0,697 | 0,844 |

Технология приготовления

В кипящее молоко тонкой струей при непрерывном помешивании всыпают просеянную манную крупу и варят 8-10 мин., затем кашу охлаждают до 60-70С, добавляют в нее протертый творог, взбитые с сахаром яйца, растопленное сливочное масло и перемешивают. Подготовленную массу выгладывают на смазанный растительным маслом противень, поверхность разравнивают и запекают в жарочном шкафу при 200-220 С в течение 10-15 мин.. Готовую запеканку порционируют, разрезая на куски прямоугольной или треугольной формы.Подают с соусом молочным сладким или фруктовым.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного-двух часов с момента приготовления.

**Шеф-повар/повар:**_____

**УТВЕРЖДАЮ:**
Заведующий МБДОУ Детский сад № 28
«Ветерок»
_____ Е.Э.Шнейдер

**Технологическая карта № 78**

Наименование изделия: Запеканка из творога с яблоком.
Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд» 1994г.
Химический состав и пищевая ценность: https://health-diet.ru/base_of_food/sostav/13594.php

*Рецептура (раскладка продуктов) на 120/140 грамм нетто блюда:*

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, 120 г | Нетто, 120 г | Брутто, 140 г | Нетто, 140 г |
|---|---|---|---|---|
| Яблоко свежее | 34 | 30 | 40 | 35 |
| Манная крупа | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Творог 9% | 85 | 85 | 100 | 100 |
| Яйцо столовое | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Сахар - песок | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Соль | 0,5 | 0,5 | 0,6 | 0,6 |
| Сливочное масло 72% | 2,5 | 2,5 | 3 | 3 |
| Масло подсолнечное | 1,7 | 1,7 | 2 | 2 |
| Итого масса готового блюда | | 120 | | 140 |

*Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):*

| Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН | Содержание питательных веществ на 120 грамм блюда | Содержание питательных веществ на 140 грамм блюда |
|---|---|---|
| Белки, г | 16,8 | 19,9 |
| Жиры, г | 12.2 | 14,6 |
| Углеводы, г | 16,4 | 20,0 |
| Калорийность, ккал | 254,0 | 296,0 |
| В1, мг | 0,055 | 0,065 |
| В2, мг | 0,274 | 0,323 |
| С, мг | 3,43 | 4,0 |
| Са, мг | 151,28 | 178,37 |
| Fe, мг | 1,257 | 1,49 |

Технология приготовления

Яблоки свежие перебирают удаляя плодоножки и загнившие экземпляры, промывают, удаляют семенное гнездо и протирают. В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную манную вязкую кашу, протертое яблоко, часть сливочного размягченного масла, йодированную соль, все перемешивают и вводят взбитые белки. Массу выкладывают в формы, смазанные маслом, слоем 3-4 см, поверхность смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу 10 мин при температуре 250 °С, затем 15-20 минут при температуре 200 °С.
Подают с соусом молочным сладким или фруктовым.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного-двух часов с момента приготовления.

**Шеф-повар/повар:**_____

**УТВЕРЖДАЮ:**
Заведующий МБДОУ Детский сад № 28
«Ветерок»
_____ Е.Э.Шнейдер

**Технологическая карта № 30**

Наименование изделия: Омлет натуральный.
Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд» 1994г.
Химический состав и пищевая ценность: https://health-diet.ru/base_of_food/sostav/13594
*Рецептура (раскладка продуктов) на 140 грамм нетто блюда:*

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, 140г | Нетто, 140г |
|---|---|---|
| Яйцо 1 категории (40гр) | 60 | 60 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности | 90 | 90 |
| Масло сливочное | 4 | 4 |
| Соль йодированная | 1,5 | 1,5 |
| *~ Масса готового омлета* | | 140 |

*Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):*

| Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН | Содержание питательных веществ на 140 грамм блюда |
|---|---|
| Белки, г | 10,3 |
| Жиры, г | 12,7 |
| Углеводы, г | 4,7 |
| Калорийность, ккал | 174,6 |
| В1, мг | 0,06 |
| В2, мг | 0,386 |
| С, мг | 0,54 |
| Са, мг | 148,38 |
| Fe, мг | 1,642 |

Технология приготовления

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают, в яичную смесь добавляют молоко, йодированную соль, размешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую посуду, смазанную маслом, слоем 2,5-3,0 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. Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.
Перед подачей нарезают на порции.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

*Требования к качеству: Консистенция омлета нежная, пористая.*

**Шеф-повар/повар:**_____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 722671968566237128169706768058107758750791459305

Владелец Шнейдер Елена Эдуардовна

Действителен С 07.11.2024 по 07.11.2025